ваш домашний повар

# Кулинарная книга рыбака

SHOUT
SHARE
IT

# Annotation

В эту книгу вошли лучшие рецепты блюд для рыбаков. В основном это блюда из рыбацких трофеев, которые могут быть приготовлены как на берегу реки, так и в домашних условиях. Мы предлагаем вам воспользоваться советами опытных кулинаров и рыбаков, знающих как придать блюдам неповторимый вкус и аромат и как украсить застолье рыбацкими изысками. Рецепты, описанные в ней, доступны, понятны и специально подобраны так, чтобы человек с любыми кулинарными навыками мог бы исполнить их. Порадуйте себя и близких вкусными блюдами из рыбы!


- Составитель Сергей Павлович Кашин
  - Заготовка рыбы
  - Уха
    - 
    - Правильный рыбный бульон
    - Уха речная
    - Уха из налимов
    - Уха рыбацкая
    - Уха царская из форели и осетровых
    - Простая финская уха
    - Уха ростовская
    - Уха из ершей и окуней
    - Уха из ершей и окуней с обжаренными кореньями
    - Уха из ершей, окуней и налима с оттяжкой
    - Уха с рыбными кнелями
    - Уха из стерляди или осетрины с шампанским
    - Уха рыбацкая с крупой
    - Уха рыбацкая с помидорами
    - Уха рядовая из морской рыбы
    - Уха золотая (с шафраном)
    - Уха сладкая
    - Уха опеканная
    - Уха молочная
    - Уха с фрикадельками из рыбы
    - Уха с фрикадельками из икры
    - Уха с пельменями из рыбы
    - Уха стерляжья с расстегаем
    - Уха стерляжья с печенью налима
    - Уха из осетровых рыб

- Суп из осетрины по-волжски
- Уха из ставриды
- Уха из мойвы
- Уха раковая
- Уха бурлацкая
- Уха донская
- Уха днепровская
- Уха по-херсонски
- Уха по-дальневосточному из кальмаров
- Уха сборная «Атлантика»
- Уха сборная по-болгарски
- Уха венгерская по-сегедски
- Уха по-венгерски прозрачная
- Уха с икрой по-венгерски
- Уха с белым вином по-венгерски
- Уха по-ирландски
- Уха по-сербски

○ Рыбный бульон
- Рыбный бульон с овощами
- Рыбный бульон с рисом, морковью и зеленым горошком
- Рыбный бульон с пельменями
- Рыбный бульон с фрикадельками
- Рыбный бульон с кальмарами и морским гребешком

○ Рыбный суп
- Суп рыбный с картофелем
- Суп рыбный с овощами
- Суп рыбный с овощами и фасолью
- Суп рыбный с овощами и щавелем
- Суп рыбный с сыром
- Суп из цветной капусты с кальмарами или креветками
- Суп рыбный с рисом и помидорами
- Суп рыбный с крупой и лимоном
- Пюреобразные супы
- Суп-пюре из рыбы
- Суп-пюре из рыбы и картофеля
- Суп-пюре из рыбы и моркови

○ Соление
-
- Мокрый посол
- Сухой посол
- Сельдь, соленная мокрым способом

- Сазан, соленный сухим способом
- Малосольная форель
- Соленый окунь со специями
- Салака по-скандинавски
- Мороженая соленая горбуша
- Малосольная форель со специями и горчицей
- Соленая камбала с маслинами

- Сушка и вяление
  - 
  - Вяленый окунь
  - Вяленая плотва
  - Вяленый судак
  - Вяленый налим
  - Вяленый рыбец
- Маринование
  - 
  - Лосось по-шведски
  - Маринованный осетр
  - Маринованная щука по-деревенски
  - Маринованная щука по-новгородски
  - Маринованное филе окуня
  - Маринованный угорь
  - Маринованный бестер
  - Маринованная сельдь
  - Маринованная корюшка
  - Маринованная стерлядь
  - Хек в томатном маринаде
  - Маринованная рыба по-английски
  - Жерех в томатном маринаде
  - Скумбрия маринованная
  - Ставрида маринованная
- Копчение
  - 
  - Горячее копчение
  - Холодное копчение
- Рыба на костре
  - 
  - Караси, жаренные на вертеле
  - Рыба, фаршированная грибами на вертеле
  - Караси в глине
  - Рыба, запеченная с картошкой
  - Скумбрия в фольге
- Вторые блюда
  - Рыба по-египетски

- Рыба с сельдереем по-бельгийски
- Судак, жаренный в тесте
- Пескари, фаршированные клюквой
- Закуска из рыбы с помидорами
- Рыба, запеченная с помидорами
- Рыба, запеченная с сыром
- Рыба, запеченная с грибами
- Рыба, запеченная с кабачками или баклажанами
- Отварная рыба под сметанным соусом
- Жареная рыба под соусом
- Ставрида, тушенная в масле
- Пристипома, тушенная в молоке
- Мерлуза, тушенная с картофелем
- Минтай, тушенный с копченой грудинкой
- Пикша, припущенная в томатном соусе
- Печеная фаршированная рыба
- Фаршированная морская рыба
- Фаршированная рыба с чесноком
- Рыба с грибным соусом
- Рыба, тушенная в горшочках
- Рыба, запеченная в форме
- Котлеты рыбные с лимоном
- Котлеты любительские
- Горячие рыбные буррито
- Селедочно-птичьи гнезда
- Котлеты рыбные по-японски
- Икра рыб, запеченная под соусом
- Икра из сельди
- Икра под маринадом
- Бутерброд с икрой
- Фаршированные яйца с икрой
- Паштет из щучьей икры
- Окунь, тушенный с баклажанами и овощами
- Креветки с рисом
- Котлеты (биточки) рыбные паровые
- Мидии, тушенные с капустой

○ Холодные закуски

- Закуска из сельди с луком
- Закуска из сельди со сметаной и зеленью
- Сельдь по-русски
- Яйца, фаршированные сельдью
- Закуска из копченой сельди с овощами
- Рулетики из сельди с зеленью
- Закуска из сельди с орехами

- Закуска из сельди с картофелем и горошком
- Закуска из сельди с картофельным пюре
- Острая закуска из сельди
- Рулетики с начинкой из сельди
- Закуска из копченой скумбрии и молодого картофеля
- Закуска из малосольной скумбрии и помидоров
- Закуска из скумбрии и шпика
- Закуска из скумбрии и плавленого сыра
- Закуска из скумбрии под кисло-сладким соусом
- Закуска из скумбрии и огурцов
- Закуска из соленой мойвы
- Закуска из судака с маслинами и солеными огурцами
- Закуска из судака с овощами
- Закуска из судака с помидорами
- Закуска из щуки и помидоров
- Закуска из щуки с брынзой
- Закуска из трески и яиц
- Закуска из трески с горчицей и яйцами
- Закуска из соленой кеты и лука
- Кета с красным соусом
- Закуска из горбуши и соленых огурцов
- Закуска из минтая с пряным соусом
- Закуска из минтая и моркови
- Закуска из судака с белыми грибами и огурцами
- Острая закуска из горбуши
- Закуска из красной рыбы и риса
- Закуска из копченого палтуса
- Закуска из печени трески с овощами
- Закуска из семги
- Трубочки из рыбы и корейской моркови

○ Горячие закуски
- Сом в томатном соусе
- Рыбные палочки
- Закуска из жареного судака и дайкона
- Закуска из сома с яйцом и сыром
- Закуска из рыбы с кукурузой и перцем
- Судак в пиве

○ Выпечка
- Как сделать хорошее тесто
- Дрожжевое (кислое) тесто (безопарное)
- Дрожжевое кислое тесто (опарное)
- Исправление недостатков теста

- Разделка теста
- Рыбники
  - 
  - Рыбник поморский
  - Рыбник с судаком
  - Рыбник с форелью
  - Рыбник с рыбой сибирский
  - Рыбник с мойвой
  - Пирог сибирский с рыбой и крупой
  - Пирог рыбный с картофелем
  - Простой пирог с рыбой
  - Пирог с капустой и рыбой
  - Рыбник с вязигой, рисом, яйцами и рыбой
  - Пирог русский с вязигой по-средневолжски
  - Разновидности начинок для пирога с вязигой
  - Пирог или пирожки с вязигой (постные)
  - Пирог со щукой
  - Пирог из белого саго с семгой
- Расстегаи
  - 
  - Расстегаи московские
  - Расстегаи семужные
  - Небольшие расстегаи с рыбой
  - Пирожки-расстегаи рыбные (постные или скоромные)
  - Расстегаи из щуки
  - Расстегай с сельдью
  - Пирог-расстегай по-московски с вязигой и осетровой головизной
  - Пирожки-расстегаи со свежими сельдями
  - Расстегаи суздальские с рыбой

# Составитель Сергей Павлович Кашин
# Кулинарная книга рыбака

# Заготовка рыбы

Истинного рыболова отличает от новичка не только мастерское владение снастью и чутье, позволяющее добывать замечательные трофеи, но и умение приготовить добычу. Рыбу нужно уметь обрабатывать и в походных условиях, когда рыбалка затянулась на несколько дней или даже недель, и в домашних условиях. Кухня рыболова отличается своеобразием. Здесь нужно использовать старые традиции, которые уже сложились в целую отдельную культуру, и постараться проявить свою собственную фантазию, импровизировать и экспериментировать, создавая свой собственный кулинарный шедевр рыбацкой кухни.

В русской кухне существует достаточно много способов, приемов и рецептов приготовления блюд из рыбы, начиная с ухи и заканчивая изысками домашней кулинарии.

В европейской кухне можно выделить традиционные скандинавские, а точнее шведские, рецепты приготовления лосося. Шведская рыбная кухня необычайно богата старинными традициями, так же как и русская, многие рецепты которой дошли до нас из глубины веков. Эти блюда чрезвычайно просты в приготовлении, но тем не менее они имеют необыкновенно разнообразную вкусовую гамму.

Приятно дома, собравшись вместе с друзьями или близкими после удачной рыбалки, удивить их рассказом о занимательном путешествии и тех моментах, которые составляют истинное счастье рыболова. Еще приятнее будет удивить друзей и домочадцев вкуснейшими блюдами, приготовленными из своего же трофея в лучших традициях рыбацкой кухни.

# Уха

Уху можно сварить из одного или нескольких видов рыб. Традиционная уха варится из крупной и мелкой рыбы нескольких видов. В этом случае получается очень вкусная, ароматная и наваристая двойная уха. Она должна иметь желтый насыщенный цвет, ведь уха с сероватым оттенком вряд ли вызовет аппетит, хотя и будет иметь приятный вкус.

Для ухи не годятся травоядные рыбы, предпочтение лучше отдавать хищникам — судаку, щуке, окуню и т. п. Налим не годится для ухи, его лучше не использовать в качестве основы, хотя как один из компонентов он вполне подойдет.

Уха хороша тем, что это практически безотходное производство, ведь рыба используется почти целиком, кроме глаз и жабров.

Чтобы уха получилась вкуснее, лучше не чистить рыбу, поскольку именно чешуя добавляет ухе клейкость, специфический вкус и наваристость. Однако перед приготовлением рыбу в чешуе нужно обязательно тщательно промыть в проточной холодной воде, чтобы не осталось слизи. Затем рыбу нужно выпотрошить, разделать, удалить жабры и глаза.

Очень важно спустить всю кровь, иначе ее остатки могут сделать бульон мутным. После этого можно начинать варить уху.

Из пресноводных рыб для ухи можно использовать ерша, пескаря, окуня, судака, сига, налима, стерлядь и др.

Ерш, сазан и окунь придают ухе необходимую клейкость, а налим, пескарь, стерлядь и сиг — нежность и приятную сладость.

Самая вкусная уха получается из свежей, только что пойманной и разделанной рыбы. Если же рыба полежит хотя бы несколько часов, уха будет не такой вкусной. Лучше варить ее из живой рыбы. Если уха варится из сонной рыбы, в нее обязательно нужно добавить коренья, перец, лавровый лист, репчатый лук, зелень и лимон.

Мелкую рыбу закладывают в уху в самом начале варки, чтобы бульон получился наваристым. Когда рыба превратится в кашу, бульон процеживают, кладут куски крупной рыбы и варят дальше.

На 1–1,5 л воды требуется примерно 1 кг рыбы.

Для осветления (оттяжки) бульона нужно использовать рыбную икру, оставшуюся после потрошения.

Если же икры нет, можно добавить в уху взбитый яичный белок. На 1 л ухи понадобится 70 г икры или 1 яйцо. Икру предварительно надо растолочь как можно мельче, затем смешать

с небольшим количеством воды, добавить 200 мл горячей ухи, размешать и влить в основную уху, после чего тщательно размешать.

Уху с оттяжкой нужно проварить на медленном огне под крышкой 10–15 минут, после этого процедить через марлю и снова довести до кипения.

Сваренная в котелке над костром уха получается необыкновенно душистой и вкусной и потому, что рыба свежая, и потому, что дымок костра придает ухе неповторимый аромат. Для костра лучше использовать ветки и щепки лиственных пород деревьев: бука, кизила, терна, ольхи, дуба, ясеня, клена, березы (за исключением коры).

Можно использовать сосновые шишки и иголки, но только не ветки сосны или любых других смолистых деревьев.

Для аромата в костер можно подбрасывать различные травы (только не ядовитые) — полынь, шалфей, мяту, мелиссу и пр.

Очень хорошо использовать ветки фруктово-плодовых деревьев, можжевельника и лозу винограда.

# Правильный рыбный бульон

**Ингредиенты:**

150 г рыбных пищевых отходов (обработанных), 7 г репчатого лука, зелень петрушки.

**Способ приготовления:**

Наилучший по вкусу бульон — из судака, окуней, ершей и рыб осетровых пород. Головы леща, сазана, воблы, плотвы использовать не рекомендуется, так как бульон из них может горчить.

Обработанные пищевые отходы рыбы — головы, кости, плавники и кожу — тщательно промыть. Крупные кости и головы перед варкой разрубить на части, причем у голов предварительно следует удалить жабры. Положить в котел, налить холодную воду из расчета 4–5 л на 1 кг, добавить петрушку и репчатый лук, закрыть котел крышкой и нагревать до кипения.

После этого крышку снять и продолжать варку при слабом кипении в течение 50–60 минут. Во время варки периодически удалять пену и жир.

Готовый бульон снять с огня и через 20–30 минут процедить.

При варке бульона из рыб осетровых пород голову вынуть через час с момента начала варки бульона, отделить мякоть, а хрящи отдельно варить до размягчения (3–4 часа).

Хрящи используют для рыбных заправочных супов.

# Уха речная

**Ингредиенты:**

150 г ершей или окуней,

8 г паюсной икры, 5 г петрушки, 5 г сельдерея, 10 г репчатого лука.

**Способ приготовления:**

Обработанную рыбу залить холодной водой и, постепенно нагревая, довести бульон до кипения, затем удалить пену, добавить петрушку, лук и продолжать варку в течение 40–50 минут.

Готовый бульон процедить и осветлить оттяжкой из икры.

Для приготовления оттяжки икру растереть в ступке, постепенно прибавляя воду (по 1–2 ложки) до тех пор, пока не получится однородная масса (икринки должны быть тщательно растерты).

После этого массу развести холодной водой (0,4–0,5 л воды на 100 г икры) и добавить соль.

Приготовленную оттяжку влить в бульон, хорошо размешать, закрыть посуду крышкой, нагреть до кипения, удалить пену и продолжать варку при слабом кипении 20–30 минут.

Готовый бульон снять с огня и дать ему отстояться (оттяжка оседает на дно), а затем процедить.

При изготовлении большого количества ухи оттяжку можно вводить в два приема.

При варке в бульон следует добавить стебли петрушки и сельдерея, которые придают бульону (ухе) приятный аромат и красивый зеленоватый оттенок.

Уху подавать в бульонных чашках. Отдельно на пирожковой тарелке можно подать расстегаи или кулебяку с вязигой или рыбным фаршем.

Лучшая уха получается из мелкой рыбы — ершей и окуней.

# Уха из налимов

**Ингредиенты:**

400 г бульона (ухи), 90 г мяса и печени налима, 1/2 лимона, черный перец горошком, зелень (любая).

**Способ приготовления:**

С налима снять кожу, отделить печень, после чего рыбу тщательно промыть, а затем нарезать на порционные куски. Сварить рыбу так же, как стерлядь. Печень сварить отдельно в подсоленной воде.

Подавать уху с куском рыбы и печени.

Отдельно подать ломтик лимона и мелко нарезанную зелень.

К ухе можно подать расстегаи с вязигой.

# Уха рыбацкая

**Ингредиенты:**

400 г бульона (ухи), 30 г судака (свежего) или налима, 150 г картофеля, 20 г репчатого лука, 5 г сливочного масла, лавровый лист, черный перец горошком, зелень (любая).

**Способ приготовления:**

Мелкую рыбу выпотрошить, хорошо промыть, соединить с пищевыми отходами, полученными после обработки налима, и приготовить прозрачный бульон так, как описано выше. После окончания варки бульон процедить.

В бульон заложить картофель целыми клубнями, лук головками, куски подготовленной рыбы (судака и налима) и варить 25–30 минут, снимая появляющуюся на поверхности пену. За 10–15 минут до окончания варки добавить перец, лавровый лист и соль.

После окончания варки в бульон положить сливочное масло.

Подавать уху с кусками рыбы, картофелем, луком и зеленью.

Так же можно приготовить рыбацкую уху из сома и щуки.

# Уха царская из форели и осетровых

**Ингредиенты:**

2 л куриного бульона (крепкого), 300 г филе форели, 200 г филе осетрины, 100 г филе судака, 1 лук-шалот, чеснок, петрушка, укроп, перец, соль.

**Способ приготовления:**

Несмотря на явную несуразность для русского человека сочетания рыбы и куриного бульона, поверьте: все повара стран Юго-Восточной Азии полагают, что именно такое сочетание продуктов для ухи считается оптимальным.

Более того, на курином бульоне прекрасно получаются и морепродукты — рецепт, проверенный автором лично!

В кипящий бульон положить крупно порезанное рыбное филе, маленькую луковицу шалота, пучок петрушки, измельченный зубчик чеснока, соль, перец.

Варить на небольшом огне 15 минут.

Подавать в глиняных горшочках, украсив свежим укропом.

# Простая финская уха

**Ингредиенты:**

600 г форели, 3/4 л воды, 1/2 ст. л. соли, 1 луковица, 4 горошины душистого перца, 4 картофелины, 1 1/2 ст. л. пшеничной муки, 1/2 л сливок, 1 ст. л. сливочного масла, петрушка, укроп, зеленый лук.

**Способ приготовления:**

От русской ухи эта в принципе отличается тем, что готовится не из ершиков и окуньков, а с истинно финским размахом — из форели. Воду с пряностями вскипятить, добавить очищенный и нарезанный картофель. Пока картофель еще недоварен, опустить куски рыбы и пассерованный лук. Добавить муку, размешанную в сливках. Все вместе кипятить до полной готовности картофеля.

Готовую уху (а именно к моменту приготовления она и будет готова) приправить маслом и зеленью. Подавать в глиняном горшочке с расстегаем.

# Уха ростовская

**Ингредиенты:**

400 г бульона (ухи), 95 г судака, 150 г картофеля, 20 г петрушки, 25 г репчатого лука, 85 г помидоров, 10 г сливочного масла, лавровый лист, зелень (любая), перец.

**Способ приготовления:**

В процеженный бульон из рыбных костей заложить картофель, лук, петрушку, нарезанные дольками, и варить в течение 20–25 минут.

За 10–15 минут до окончания варки в кипящий бульон положить филе судака (1–2 куска), а через несколько минут — помидоры и специи (лавровый лист, перец).

По окончании варки в уху добавить сливочное масло.

# Уха из ершей и окуней

**Ингредиенты:**

2 кг рыбы (по 1 кг ершей и окуней), 2 луковицы, 3–4 корня петрушки, 1 пучок укропа, специи (любые), соль.

**Способ приготовления:**

Ершей и окуней промыть и выпотрошить, удалив жабры и внутренности.

С окуня снять филе без кожи. Ершей и оставшиеся после разделки окуней головы, кожу и кости залить холодной водой (3 л), добавить лук, корень петрушки, соль, специи и варить 2–3 часа до полного разваривания ершей.

Рыбу отцедить через сито.

Бульон вскипятить, опустить в него филе окуня, варить его до готовности, переложить в тарелку с укропом, залить бульоном и подать к столу. Отдельно на тарелочке подать ломтики лимона и веточки зелени.

Для вкуса в бульон можно добавить отвар из отдельно сваренного в небольшом количестве ухи нерассыпчатого картофеля сладких сортов.

# Уха из ершей и окуней с обжаренными кореньями

**Ингредиенты:**

2 кг рыбы (по 1 кг ершей и окуней), 3 луковицы, 3–4 корня петрушки и сельдерея, 1/2 лука-порея, 1 пучок петрушки или укропа, 1–2 ст. л. сливочного масла, специи (любые), соль.

**Способ приготовления:**

Лук и белые коренья обжарить на сливочном масле, добавить их в холодную воду с подготовленными ершами и отходами после разделки окуней и варить уху так же, как указано в предыдущем рецепте.

Для придания ухе более ярко выраженного вкуса при варке бульона можно добавить 1/2 стакана сухого белого вина.

# Уха из ершей, окуней и налима с оттяжкой

**Ингредиенты:**

2,5 кг рыбы (по 1 кг ершей и окуней, 0,5 кг налима), 2 луковицы, 4–5 корней петрушки и сельдерея, 1 пучок зелени (любой), 1/3 стакана икры от разделанной рыбы (любой), 1/4 лимона, 1/2 стакана шампанского.

**Способ приготовления:**

Ершей выпотрошить, окуней и налима разделать на филе без кожи. Варить уху с луком, кореньями и рыбными отходами, как указано в предыдущих рецептах.

В процеженной после варки ухе варить кусочки филе окуня и налима, затем вынуть их, а уху осветлить икрой и добавить шампанское.

В суповую тарелку положить зеленый укроп, на него — кусочки филе окуня и налима и осторожно залить осветленным бульоном.

К ухе подать ломтики лимона, а на пирожковой тарелке — расстегай, кулебяку или печеные пирожки с рыбой.

# Уха с рыбными кнелями

**Ингредиенты:**

2 кг рыбы (по 1 кг ершей и окуней), 1–2 луковицы, 3–4 корня петрушки, 1 пучок зелени (любой), 1/4 лимона, специи (любые), соль.

**Способ приготовления:**

Уху сварить из ершей и отходов от окуней, процедить, довести до кипения и варить в ней кнели, приготовленные из филе окуня, не более 10 минут. При подаче в суповую тарелку положить зелень укропа, ломтики лимона, сваренные рыбные кнели и все залить бульоном.

Как рекомендуется и в предыдущем рецепте, для остроты и пикантности вкуса в уху можно добавить 1/2 стакана шампанского или 1/4 рюмки хереса.

# Уха из стерляди или осетрины с шампанским

**Ингредиенты:**

1 кг ершей, 1–1,5 кг стерляди, 2 луковицы, 3–4 корня петрушки и сельдерея, 1 пучок зелени (любой), 1/2 стакана икры от разделанной рыбы (ершей, окуней), 3–4 ст. л. нашинкованного репчатого лука, 1/2 лимона, 1/2 бутылки шампанского.

**Способ приготовления:**

Отварить уху из ершей с кореньями, процедить и осветлить икрой.

Стерлядь или звенья осетрины нарезать кусками, вытереть насухо полотенцем, положить в горячую прозрачную уху и варить рыбу на слабом огне до готовности (примерно 15 минут после закипания). Куски готовой стерляди или осетрины положить в суповую тарелку (или миску), посыпать зеленью укропа и осторожно залить процеженной ухой.

Шампанское подать или отдельно, или по желанию для остроты вкуса влить его в уху. К ухе подать также очищенные от кожицы и семян лимоны и мелко нарезанный зеленый лук.

# Уха рыбацкая с крупой

**Ингредиенты:**

1 кг рыбной мелочи (любой), 1,5–2 л воды, 2 луковицы, 1 морковка, 1–2 корня петрушки, 1/2 стакана пшена, 1–2 ст. л. растительного масла, 2 лавровых листа, 5–6 горошин черного душистого перца, 1 пучок укропа.

**Способ приготовления:**

Рыбную мелочь выпотрошить, промыть, опустить в холодную воду, варить в течение 1–2 часов, а затем процедить через сито. Овощи нарезать ломтиками и спассеровать на растительном масле. В кипящий рыбный бульон засыпать перебранное и промытое пшено, проварить в течение 10–15 минут, затем заложить пассерованные овощи и доварить уху до готовности крупы и овощей.

При подаче уху посыпать мелко нарезанной зеленью укропа.

# Уха рыбацкая с помидорами

**Ингредиенты:**

1 кг рыбной мелочи (любой) и 0,5 кг судака, карпа, щуки, окуня, трески и других рыб, 1,5–2 л воды, 2 луковицы, 1 морковка, 1–2 корня петрушки, 4–5 помидоров средней величины, 1–2 ст. л. сливочного масла или маргарина, 2 лавровых листа, 5–6 горошин душистого перца, 1 пучок укропа.

**Способ приготовления:**

Из рыбной мелочи сварить бульон так же, как указано в предыдущих рецептах. В бульоне сварить нарезанную кусками крупную рыбу до готовности, затем ее извлечь, а бульон процедить. Овощи и коренья нарезать соломкой и спассеровать на масле. Помидоры очистить от кожицы, мелко порубить, прогреть на масле до получения однородной массы и заправить ею рыбный бульон.

В полученный бульон заложить пассерованные овощи и коренья и варить их до готовности. В конце варки в уху положить лавровый лист и перец.

При подаче в тарелку положить кусок рыбы, налить уху и посыпать мелко нарезанной зеленью укропа.

# Уха рядовая из морской рыбы

**Ингредиенты:**

300 г трески, 300 г палтуса, 300 г морского окуня, 1 л воды, 100 г репчатого лука, 50 г моркови, 50 г корня петрушки, 150 г картофеля, 1/4 лимона, лавровый лист, шафран, укроп, черный перец горошком, соль.

**Способ приготовления:**

В подсоленный кипяток положить нарезанный кубиками картофель, нарезанные соломкой морковь и петрушку, измельченный репчатый лук, прокипятить 10–15 минут на умеренном огне до полуготовности картофеля, затем заложить все пряности, кроме укропа, а через 3 минуты нарезанную крупными кусками рыбу и варить еще 7–8 минут на умеренном огне. При необходимости досолить.

За минуту до готовности засыпать укроп, дать настояться, положить лимон.

# Уха золотая (с шафраном)

**Ингредиенты:**

200 г мелкой рыбы (любой), 10 г репчатого лука, 5 г корня петрушки, 5 г корня сельдерея, 0,01 г шафрана, черный перец горошком, соль.

**Способ приготовления:**

Варить так же, как рядовую уху, только без лаврового листа. Рыбу вынуть, а в бульон добавить шафран, довести до кипения, процедить и вновь кипятить.

# Уха сладкая

**Ингредиенты:**

1 кг рыбы (любой), 1,5–2 л воды, 2 луковицы, 2 морковки, 1–2 корня петрушки, 50 г пастернака, 1–2 ст. л. сливочного масла, 2 лавровых листа, 5–6 горошин душистого перца, 1 пучок укропа.

**Способ приготовления:**

Варить так же, как рядовую уху из речной рыбы, но моркови брать вдвое больше и нарезать ее мелкими кубиками.

Следует также увеличить количество пастернака, а в качестве добавочных пряностей отварить в бульоне в марлевом мешочке в течение 5–7 минут семена аниса или фенхеля (по 1 г на порцию).

# Уха опеканная

**Ингредиенты:**

Набор продуктов тот же, что для ухи рядовой, но дополнительно на каждые 5 порций ухи надо взять: 1 яйцо, 25 г сливочного масла, 20 г пшеничной муки.

**Способ приготовления:**

Первый способ:

Головы, хвосты, кости от разделанной рыбы вместе с овощами варить 20–30 минут на умеренном огне. Бульон процедить и отварить в нем в течение 5 минут крупные куски филе рыбы. Затем рыбу вынуть, обмакнуть во взбитое с мукой яйцо, слегка обжарить (раньше говорили «опечь» — отсюда название «опеканная») в сковороде со сливочным маслом и вновь погрузить в кипящий рыбный бульон для доваривания на 3–5 минут.

Второй способ:

Рыбу, овощи, пряности положить в глиняный горшок, залить кипятком, закрыть, поставить в сильно нагретый духовой шкаф на 15 минут. Когда уха начнет кипеть, вынуть ее, добавить сливочное масло, поверх вылить хорошо взбитые яйца и вновь поставить в духовой шкаф на 15 минут до полного запекания яиц.

# Уха молочная

**Ингредиенты:**

200 г рыбы (любой), 250 г молока, 250 г воды, 10 г сливочного масла, соль.

**Способ приготовления:**

В кастрюлю влить воду, добавить соль, довести до кипения, положить куски очищенной рыбы, снова довести до кипения, влить молоко, варить до готовности и заправить маслом. Особенно вкусна эта уха с окунями.

# Уха с фрикадельками из рыбы

**Ингредиенты:**

Для ухи:

150 г мелкой рыбы (любой), 10 г репчатого лука, 5 г корня петрушки, 5 г корня сельдерея, 5 г моркови, соль.

Для фрикаделек:

80 г рыбы (любой), 26 г пшеничного хлеба, 30 г сливок, 1/2 яйца, 3 г сливочного масла, черный молотый перец, соль.

**Способ приготовления:**

Мякоть судака, сига, щуки, окуня, налима или другой рыбы пропустить 2–3 раза через мясорубку, добавить яйца, растопленное сливочное масло, перец черный горошком, лавровый лист, соль, молотый перец, сливки, толченые сухари или черствый, замоченный в воде и отжатый хлеб. Всю массу тщательно перемешать, сделать из нее шарики и отварить их в бульоне.

При подаче в тарелку положить фрикадельки и залить ухой.

# Уха с фрикадельками из икры

**Ингредиенты:**

400 г ухи, 50 г икры (любой), 10 г репчатого лука, 5 г сливочного масла, 30 г сухарей, 1/2 яйца, 10 г сливок, мускатный орех, соль.

**Способ приготовления:**

Икру свежей рыбы (щуки, окуня) освободить от пленок, вместе с растопленным сливочным маслом, репчатым луком пропустить через мясорубку, добавить сливки, соль, молотый мускатный орех, яйца, сухари и хорошо перемешать.

Из полученной массы сделать маленькие фрикадельки и отварить их в ухе.

# Уха с пельменями из рыбы

**Ингредиенты:**

400 г рыбного бульона, 170 г пельменей, 3 г зелени (любой)

Для теста:

40 г муки, 1/2 яйца, 150 г воды.

Для фарша:

75 г филе рыбы (любой), 10 г репчатого лука, черный молотый перец, соль.

**Способ приготовления:**

Муку просеять, высыпать на стол горкой.

Сделать в ней воронку, в которую налить воду с яйцом и солью, и быстро замесить крутое тесто. Через 30 минут раскатать его слоем толщиной 2–3 см.

Мякоть рыбы пропустить через мясорубку вместе с луком, добавить соль и перец.

Из теста и фарша разделать пельмени, отварить их в подсоленном кипятке.

Вынуть шумовкой, положить в тарелку, залить ухой и посыпать зеленью.

# Уха стерляжья с расстегаем

**Ингредиенты:**

400 г бульона (ухи), 100 г стерляди, 3 г сливочного масла, 5 г моркови, 1/2 лимона, зелень (любая), черный перец горошком, соль.

**Способ приготовления:**

Стерлядь очистить, выпотрошить и промыть. Соскоблить ножом с кожи слизь, протереть рыбу салфеткой, ошпарить кипятком и через 20–30 секунд промыть холодной водой. В кастрюлю с ухой положить куски стерляди, перец горошком и варить 10–15 минут. Образующуюся пену удалять, оставляя блестки жира.

Если жира на поверхности ухи мало, нужно измельченную на терке морковь спассеровать на масле и влить несколько капель этого масла в уху. Из готовой стерляди удалить хрящи.

В тарелку положить кусок стерляди, налить уху и отдельно подать ломтик лимона и мелко нарезанную зелень петрушки или укропа.

Отдельно также подать кулебяку или расстегай с рыбой.

# Уха стерляжья с печенью налима

**Ингредиенты:**

400 г бульона, 100 г стерляди, 25 г печени налима, 5 г моркови, 3 г сливочного масла, 1/2 лимона, зелень (любая), черный перец горошком, соль.

**Способ приготовления:**

Эту уху надо готовить и подавать так же, как уху из стерляди с расстегаем, но перед подачей в тарелку положить кусок печени налима, предварительно припущенной в подсоленной воде с добавлением лимонного сока.

# Уха из осетровых рыб

**Ингредиенты:**

400 г рыбного бульона, 100 г рыбы (любой), 5 г моркови, 3 г сливочного масла, зелень петрушки и укропа, лавровый лист, черный перец горошком, соль.

**Способ приготовления:**

Осетрину разделать на звенья, ошпарить и нарезать. Чешуйчатую рыбу разделать на филе без реберных костей и нарезать. Уху варить так же, как из стерляди.

# Суп из осетрины по-волжски

**Ингредиенты:**

1,5 кг осетровой головизны, 1 кг осетрины, 150 г репчатого лука, 300 г помидоров, 10 г черного перца горошком, 2 лавровых листа, 10 г зелени петрушки, 10 г зелени укропа, 50 г риса, 2 желтка, 100 г сметаны, соль.

**Способ приготовления:**

Осетровую голову разрубить на части, сложить в кастрюлю вместе с луком, перцем и лавровым листом, залить водой и варить на слабом огне до тех пор, пока хрящи не станут мягкими. Бульон процедить через дуршлаг, хрящи и куски рыбы от головизны собрать, залить бульоном и остудить.

Бульон поставить на огонь, добавить рис и помидоры, очищенные от кожицы и порезанные на дольки, через 10 минут опустить туда же порезанную на порционные куски осетрину. Варить на небольшом огне до готовности, опустить отложенные от головизны сваренные хрящи и рыбу, заправить сметаной, растертой с желтками, посыпать рубленой зеленью.

# Уха из ставриды

**Ингредиенты:**

170 г рыбы, 200 г картофеля, 30 г моркови, 30 г репчатого лука, 15 г корня петрушки, 10 г сливочного масла, зелень петрушки или укропа, лавровый лист, черный перец горошком, соль.

**Способ приготовления:**

Из голов и пищевых отходов с добавлением репчатого лука, корня петрушки, лаврового листа и черного перца горошком сварить бульон и процедить.

В кипящий бульон положить нарезанный кубиками картофель и слегка обжаренные, мелко нарезанные корень петрушки, морковь, лук и варить 15 минут на слабом огне.

Добавить куски рыбы без кожи и костей, соль, лавровый лист, перец горошком.

Продолжать варить 10–15 минут до готовности рыбы.

При подаче на стол уху посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа.

# Уха из мойвы

**Ингредиенты:**

100 г рыбы, 80 г картофеля, 10 г репчатого лука, 5 г корня петрушки, зелень петрушки и укропа, лавровый лист, черный перец горошком, соль.

**Способ приготовления:**

Мойву, хорошо промытую и очищенную, отварить с добавлением лаврового листа, черного перца горошком, репчатого лука, корня петрушки.

Отвар процедить, положить нарезанный кубиками картофель, варить 15–20 минут, посолить.

При подаче уху посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки и укропа.

# Уха раковая

**Ингредиенты:**

400 г рыбного бульона, 4 рака.

Для фарша:

60 г рыбы (любой), 25 г хлеба, 30 г сливок, 1/2 яйца, 30 г сливочного масла.

**Способ приготовления:**

Раков отварить, вынуть шейки, мякоть клешней.

Из скорлупы (кроме основного панциря) сделать раковое масло.

Для этого скорлупу подсушить, истолочь, поджарить со сливочным маслом, затем масло слить в посуду с водой, немного размешать (чтобы скорлупа осела на дно) и дать остыть.

Панцири раков обсушить, наполнить рыбным фаршем (см. «Уха с фрикадельками из рыбы»), залить ухой и варить.

Туда же положить раковые шейки, раковое масло.

Мякоть клешней добавить в фарш для панцирей.

# Уха бурлацкая

**Ингредиенты:**

150 г мелкой рыбы (ершей, окуней), по 60 г пищевых отходов налима и судака, 25 г репчатого лука, 5 г корня петрушки, 5 г сливочного масла, зелень (любая), черный перец горошком, лавровый лист, соль.

**Способ приготовления:**

Бульон, сваренный из мелкой рыбы и пищевых отходов налима и судака, процедить, положить в него целые клубни очищенного картофеля, очищенные головки репчатого лука, петрушку и варить 20–25 минут.

За 10–15 минут до окончания варки добавить куски рыбы, перец, лавровый лист, соль, сливочное масло.

Подавать уху с кусками рыбы, картофелем, луком и зеленью.

# Уха донская

**Ингредиенты:**

200 г судака или другой рыбы, 100 г помидоров, 10 г сливочного масла, зелень (любая), лавровый лист, черный перец горошком, соль.

**Способ приготовления:**

Очищенную рыбу положить в посуду, залить водой и поставить на огонь.

Когда вода закипит, опустить в нее спелые нарезанные дольками помидоры.

Через 5–7 минут помидоры вынуть, размять в отдельной посуде, удалить кожуру, а сок влить в уху; положить лавровый лист, соль.

По окончании варки добавить в уху сливочное масло.

# Уха днепровская

**Ингредиенты:**

150 г мелкой рыбы (ершей, окуней), 170 г судака (свежего), или капитана, или морского окуня, 25 г репчатого лука, 10 г корня петрушки и сельдерея, 60 г картофеля, 5 г сала-шпик, 5 г зелени петрушки, соль.

Для каши:

15 г пшена или риса, 40 г рыбного бульона, 5 г растительного масла, 5 г сливочного масла, 1/4 яйца, соль.

**Способ приготовления:**

Мелкую потрошеную рыбу без жабр и глаз промыть, залить холодной водой и варить с добавлением обжаренного без жира репчатого лука, корня петрушки и сельдерея до разваривания рыбы.

Готовый бульон процедить и часть его оставить для приготовления каши. В кипящий рыбный бульон положить нарезанный дольками картофель, проварить 10–15 минут, затем добавить подготовленные порционные куски филе судака без кожи и варить до готовности рыбы.

Уху заправить растертым с репчатым луком салом-шпиком, добавить лавровый лист, черный перец горошком, соль и довести до кипения.

При подаче посыпать мелко рубленой зеленью петрушки, отдельно подать кашу.

Для приготовления каши перебрать и промыть пшено или рис, прогреть в горячем растительном масле, соединить с бульоном и варить до вязкой консистенции.

В полуготовую кашу добавить сливочное масло, взбитые яйца, соль, вымешать и варить на пару до готовности.

# Уха по-херсонски

**Ингредиенты:**

100 г мелкой рыбы (любой), 100 г судака, или леща, или щуки, 120 г картофеля, 20 г репчатого лука, 10 г корня петрушки, 15 г томатного пюре, 5 г сливочного масла, 5 г сала-шпик, 2 г чеснока, зелень петрушки, лавровый лист, черный перец горошком, соль.

**Способ приготовления:**

Из мелкой рыбы и рыбных пищевых отходов сварить бульон, добавив лавровый лист и черный перец горошком, процедить. В кипящий бульон положить нарезанный дольками картофель, мелко нарезанный репчатый лук, корень петрушки и варить 10–15 минут, затем добавить порционные куски рыбы без кожи и костей, пассерованное на масле томат-пюре, соль и варить еще 10–15 минут. Уху заправить салом, толченым чесноком.

Подавать, посыпав мелко нарезанной зеленью петрушки.

# Уха по-дальневосточному из кальмаров

**Ингредиенты:**

100 г кальмаров, 100 г картофеля, 5 г корня петрушки, 20 г репчатого лука, 10 г сливочного масла, 10 г томатной пасты, 10 г зелени петрушки, черный перец горошком, лавровый лист, соль.

**Способ приготовления:**

Кальмаров вымыть в большом количестве холодной воды, разрезать на куски, залить холодной водой, добавить соль, черный перец горошком, лавровый лист и варить 5– 10 минут.

На сливочном масле обжарить мелко нарезанный репчатый лук с томатной пастой.

В готовый процеженный бульон положить нарезанный картофель, корень петрушки и варить до полуготовности. Добавить обжаренный лук и довести до готовности.

Перед подачей на стол уху посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

# Уха сборная «Атлантика»

**Ингредиенты:**

100 г хека, 50 г ставриды, 50 г скумбрии, 15 г сливочного масла, 15 г моркови, 20 г репчатого лука, петрушка, черный молотый перец, соль.

**Способ приготовления:**

Из голов, костей, рыбных пищевых отходов сварить бульон.

Лук и морковь натереть на крупной терке, обжарить на сливочном масле, положить в бульон, добавить порционные куски рыбы (филе с кожей и реберными костями) и варить до готовности, затем посолить, поперчить.

При подаче в тарелку с ухой положить куски отварной рыбы и мелко рубленую зелень петрушки.

# Уха сборная по-болгарски

**Ингредиенты:**

170 г рыбы (любой), 50 г моркови, 50 г репчатого лука, 5 г корня сельдерея, 5 г корня петрушки, 5 г пастернака, 30 г сливочного или растительного масла, лавровый лист, черный перец горошком, соль.

**Способ приготовления:**

Морковь, репчатый лук, корень сельдерея, петрушки и пастернака мелко нарезать, сварить в подсоленной воде, процедить, протереть через сито, залить отваром, довести до кипения, добавить очищенную и промытую рыбу, лавровый лист, черный перец горошком, соль, сливочное или растительное масло и варить 20–25 минут.

Если уху подавать в горячем виде, ее следует заправить вареным яйцом, лимонным соком и мелко нарезанной зеленью петрушки; если в холодном, то посыпать уху сваренными вкрутую яйцами, нарезанными кубиками, измельченными солеными огурцами и зеленью петрушки.

# Уха венгерская по-сегедски

**Ингредиенты:**

100 г карпа, 75 г сома, 110 г стерляди, 100 г судака, 20 г репчатого лука, 25 г помидоров, 30 г зеленого перца, 5 г красного перца, соль.

**Способ приготовления:**

Рыбу очистить, выпотрошить, промыть, нарезать на куски весом около 50 г, посолить. Головы, плавники и хвосты отварить в подсоленной воде вместе с нарезанным луком.

Когда вода закипит, добавить красный перец и варить час на слабом огне.

Затем отвар процедить, залить им подготовленную рыбу.

Добавить нарезанный длинными дольками зеленый перец, помидоры и варить рыбу до готовности еще 20 минут.

Помешивать уху нельзя, можно только время от времени встряхивать кастрюлю.

# Уха по-венгерски прозрачная

**Ингредиенты:**

150 г мелкой рыбы (любой), 150 г судака или окуня, 1/2 яйца (белок), лавровый лист, зелень укропа, черный молотый перец, красный молотый перец, соль.

**Способ приготовления:**

Очищенную и хорошо промытую мелкую рыбу залить водой, варить 25–30 минут, охладить и процедить через марлю.

В холодную уху ввести взбитые белки, дать отстояться, потом осторожно перелить в кастрюлю, добавить молотый красный и черный перец, соль, лавровый лист и снова поставить на огонь. Когда уха закипит, положить в нее куски крупной рыбы и варить 10–15 минут.

При подаче посыпать уху мелко нарезанной зеленью укропа.

# Уха с икрой по-венгерски

**Ингредиенты:**

200 г свежей рыбы с икрой (любой), 10 г муки, 20 г репчатого лука, 10 г сливочного масла, 5 г 3 %-ного уксуса, лавровый лист, черный молотый перец, красный молотый перец, соль.

**Способ приготовления:**

Очищенную рыбу вместе с икрой нарезать небольшими кусками и посолить.

Из муки, тертого репчатого лука и красного молотого перца приготовить на сливочном масле заправку, залить водой, добавить немного уксуса, лавровый лист, черный перец горошком и проварить.

Положить подготовленную рыбу и сварить до готовности.

# Уха с белым вином по-венгерски

**Ингредиенты:**

200 г рыбы (любой), 60 г белого вина, 20 г репчатого лука, 30 г моркови, 15 г корней петрушки, 30 г зеленого сладкого перца, 30 г помидоров, красный молотый перец, соль.

**Способ приготовления:**

Репчатый лук, морковь, корень петрушки, сладкий зеленый перец и помидоры нарезать кружочками, посолить, посыпать красным молотым перцем, залить водой и варить 15–20 минут.

Очищенное и нарезанное крупными кусками филе рыбы без кожи посолить, залить в отдельной посуде вином на 15–20 минут.

В отвар с овощами положить куски рыбы и варить до готовности.

# Уха по-ирландски

**Ингредиенты:**

150 г рыбы (любой), 30 г репчатого лука, 25 г свиного сала, 100 г картофеля, 70 г помидоров, 10 г сметаны, 3 г мускатного ореха, 15 г зелени петрушки и укропа, черный молотый перец, соль.

**Способ приготовления:**

Морскую рыбу очистить и промыть. Головы, плавники, кости залить водой и варить полчаса, затем процедить.

Нарезанный ломтиками репчатый лук обжарить на свином сале, добавить очищенный и нарезанный кубиками картофель, помидоры, очищенные, без семян и мелко нарубленные, измельченный на терке мускатный орех, соль и черный перец горошком. Все залить рыбным бульоном и варить 30 минут. Затем добавить рыбу, нарезанную кубиками средней величины, и варить до готовности рыбы. Перед тем как снять уху с огня, положить в нее мелко нарезанную зелень укропа и петрушки, несколько минут прокипятить и добавить сметану.

Подавать уху горячей с маленькими гренками.

# Уха по-сербски

**Ингредиенты:**

200 г мелкой рыбы (любой) или рыбных отходов, 240 г судака, 5 г зелени петрушки, 5 г сельдерея, 0,1 г черного перца, 0,3 г душистого перца, 0,5 г лаврового листа, 40 г репчатого лука, 3 г 3 %-ного уксуса, 1/2 желтка, 30 г хлеба, соль.

**Способ приготовления:**

Мелкую рыбу очистить, сложить в кастрюлю, посыпать рубленым репчатым луком, зеленью и специями, залить холодной водой так, чтобы она покрыла продукты, и варить на медленном огне 15–20 минут, снимая пену. Когда уха будет готова, бульон процедить, добавить подготовленные куски судака, посолить и варить еще 20 минут.

Яичные желтки тщательно размешать с уксусом, развести 1–2 ложками горячего бульона и заправить ими уху. Хлеб нарезать ломтиками по 50 г, слегка поджарить. При подаче в тарелку положить ломтик поджаренного хлеба, куски крупной рыбы и залить ухой.

# Рыбный бульон

# Рыбный бульон с овощами

**Ингредиенты:**

300 г цветной капусты, 1 морковка, 1 корень петрушки, 1 ст. л. сливочного масла.

**Способ приготовления:**

Сварить бульон из рыбных отходов и голов по обычной рецептуре. Если бульон окажется мутноватым, его стоит осветлить, для чего в бульон вводят 2–3 взбитых яичных белка, доводят до кипения, настаивают 10–15 минут, а затем осторожно процедить. Цветную капусту отварить в подсоленной воде и разобрать на соцветия. Морковь и корень петрушки нарезать брусочками и спассеровать на сливочном масле до готовности.

При подаче на стол в суповую тарелку положить подготовленные овощи и залить их горячим бульоном.

# Рыбный бульон с рисом, морковью и зеленым горошком

**Ингредиенты:**

1/2 стакана риса, 1 морковка, 1/2 стакана консервированного зеленого горошка, 1/2 ст. л. сливочного масла.

**Способ приготовления:**

Рис промыть и сварить рассыпчатым. Морковь нарезать кубиками и спассеровать на сливочном масле.

В суповую тарелку положить рис, перемешанный с морковью и зеленым горошком, и налить бульон.

# Рыбный бульон с пельменями

**Ингредиенты:**

Для пельменей:

1,5 стакана муки, 1/2 яйца, 1/4 стакана воды, 1 луковица, 0,5 кг рыбы (любой), 1–2 ст. л. сливочного масла, 1 пучок укропа, черный молотый перец, соль.

**Способ приготовления:**

Указанная рецептура рассчитана на 1,5 л рыбного бульона.

Приготовление теста для пельменей.

Муку всыпать в миску горкой, сделать в ней углубление, добавить яйца, перемешанные с водой и солью, и замесить крутое тесто.

Тесто выдерживать 20–25 минут для набухания белков клейковины, а затем раскатать в пласт толщиной 1,5–2 мм.

Приготовление фарша.

Рыбу разделать на филе, нарезать на куски, пропустить через мясорубку вместе с репчатым луком. В полученную массу добавить масло, соль, перец, а если потребуется, то и воду и тщательно перемешать.

На тесто выложить шарики фарша, отступая от краев на 4–5 см, накрыть свободным краем теста и вырезать круглой выемкой пельмени. Края пельменей защипать.

Варить пельмени в подсоленной воде до всплытия их на поверхность и хранить до подачи в бульоне (но не более 10–15 минут).

В суповую тарелку положить пельмени, налить бульон и посыпать суп мелко нарезанной зеленью укропа.

# Рыбный бульон с фрикадельками

**Ингредиенты:**

Для фрикаделек:

0,5 кг филе трески, хека или сайды, 2 ломтика пшеничного хлеба, 3/4 стакана молока, 1 яйцо, 2 луковицы, черный молотый перец, соль.

**Способ приготовления:**

Указанный рецепт рассчитан на 1,5 л рыбного бульона.

Рыбу пропустить через мясорубку с луком, приготовить фарш, сформовать из него фрикадельки и варить их в бульоне в течение 10–15 минут. При подаче на стол фрикадельки положить в суповую тарелку и налить бульон.

# Рыбный бульон с кальмарами и морским гребешком

**Ингредиенты:**

0,3 кг морской рыбы (любой), 0,2 кг кальмара, 0,2 кг мяса морского гребешка, 1 морковка, 1/2 ст. л. сливочного масла.

**Способ приготовления:**

Указанный рецепт рассчитан на 1,5 л рыбного бульона.

Из рыбы приготовить рыбный бульон, филе кальмара и мясо морского гребешка припустить, нарезать ломтиками и слегка обжарить вместе с нарезанной кубиками отварной морковью на сливочном масле.

В суповую тарелку выложить кусочки филе рыбы, кальмаров и мяса морского гребешка с морковью, налить осветленный бульон и посыпать мелко нарезанной зеленью.

# Рыбный суп

# Суп рыбный с картофелем

**Ингредиенты:**

50 г рыбы (любой), 20 г картофеля, 15 г репчатого лука, 15 г моркови, 10 г корня петрушки, 20 г сливочного масла, зелень (любая), специи (любые), соль.

**Способ приготовления:**

Картофель нарезать кубиками или дольками. Овощи и коренья нарезать соломкой и спассеровать на сливочном масле.

В кипящий рыбный бульон положить картофель, проварить его 5–7 минут, добавить пассерованные овощи, коренья, кусочки разделанной рыбы и варить суп еще 10–15 минут до готовности рыбы.

В конце варки суп заправить специями, а при подаче посыпать мелко нарезанной зеленью.

**Суп картофельный с рыбными фрикадельками**

**Ингредиенты:**

50 г филе рыбы (любой), 20 г картофеля, 15 г репчатого лука, 20 г моркови, 15 г корня петрушки, 15 г сливочного масла, 20 г пшеничного хлеба, 50 г молока, 1 яйцо, зелень (любая), черный молотый перец, соль.

**Способ приготовления:**

Суп приготовить по технологии «Супа рыбного с картофелем».

За 10 минут до окончания варки в суп положить фрикадельки и варить его до готовности.

При подаче на стол суп посыпать зеленью.

Можно приготовить этот суп с нерыбными продуктами моря — кальмарами, креветками, мясом криля, морским гребешком, а также с рыбными пельменями.

Рецептура и технология их приведены в рецепте «Рыбный бульон с пельменями».

# Суп рыбный с овощами

**Ингредиенты:**

50 г рыбы (любой), 20 г картофеля, 15 г моркови, 10 г репчатого лука, 10 г корня петрушки, 20 г цветной капусты, 20 г зеленого консервированного горошка, 20 г сливочного масла, специи (любые), соль.

**Способ приготовления:**

Морковь, лук, корень петрушки и помидоры нарезать дольками и спассеровать на масле.

Цветную капусту отварить в подсоленной воде.

В кипящий бульон положить картофель, через 5–10 минут — пассерованные овощи, проварить суп еще 10–15 минут.

Добавить кусочки рыбы, цветную капусту, зеленый горошек, помидоры и варить суп до готовности рыбы.

При подаче суп посыпать мелко нарезанной зеленью.

# Суп рыбный с овощами и фасолью

**Ингредиенты:**

50 г рыбы (любой), 30 г картофеля, 20 г моркови, 10 г корня петрушки, 15 г репчатого лука, 30 г фасоли, 20 г помидоров, 15 г сливочного масла, специи (любые), зелень (любая), соль.

**Способ приготовления:**

Овощи, нарезанные соломкой, спассеровать.

Фасоль перебрать, замочить в трехкратном количестве воды, сварить до готовности и охладить.

В кипящий бульон заложить нарезанный кубиками картофель, кусочки рыбы и пассерованные овощи.

Через 10–15 минут в суп положить белые коренья, дольки помидора, фасоль и доварить его до готовности.

При подаче на стол в суп можно добавить сметану и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа.

# Суп рыбный с овощами и щавелем

**Ингредиенты:**

50 г рыбы (любой), 20 г картофеля, 15 г репчатого лука, 15 г моркови, 10 г корня петрушки, 20 г помидоров, 30 г щавеля, 20 г сливочного масла, специи (любые), зелень (любая), соль.

**Способ приготовления:**

Картофель, морковь, лук и коренья нарезать кубиками. Овощи спассеровать на масле.

Щавель перебрать, промыть и нарезать на 2–3 части.

В кипящий бульон положить картофель и кусочки рыбы, проварить 5–10 минут, добавить спассерованные овощи, а за 5–7 минут до окончания варки — щавель и дольки помидоров.

При подаче в суп добавить сметану и посыпать его мелко нарезанной зеленью.

# Суп рыбный с сыром

**Ингредиенты:**

50 г рыбы (любой), 20 г репчатого лука, 20 г сливочного масла, 15 г пшеничной муки, 1–2 зубчика чеснока, 30 г сыра (любого твердых сортов), 1 пучок зелени (любой), специи (любые), соль.

**Способ приготовления:**

Рыбу разделать на филе с кожей, нарезать небольшими кусочками, посыпать солью, обвалять в муке и слегка обжарить.

Репчатый лук нарезать соломкой, спассеровать на масле с частью муки, добавленной за 3–5 минут до окончания пассерования.

В кипящий рыбный бульон положить подготовленный лук, рыбу и проварить при слабом кипении 5– 10 минут.

При подаче на стол в суповую тарелку налить суп, посыпать его сначала тертым сыром, а затем мелко нарезанной зеленью и толченым чесноком.

# Суп из цветной капусты с кальмарами или креветками

**Ингредиенты:**

50 г филе кальмаров (креветок), 20 г моркови, 15 г репчатого лука, 15 г корня петрушки, 50 г цветной капусты, 30 г сливочного масла, специи (любые), зелень (любая), соль.

**Способ приготовления:**

Филе кальмаров отварить и нарезать соломкой.

Креветки отварить, очистить от панцирей, разобрать на волокна.

В кипящий бульон положить пассерованные овощи, через 10–15 минут — промытые соцветия цветной капусты, затем проварить суп до готовности, добавить креветки или кальмары, доварить суп и дать настояться 15–20 минут.

При подаче на стол суп посыпать зеленью.

# Суп рыбный с рисом и помидорами

**Ингредиенты:**

100 г филе рыбы (любой), 30 г риса, 15 г репчатого лука, 30 г помидоров, 1 зубчик чеснока, 10 г корня петрушки, 30 г сливочного масла, специи (любые), зелень (любая), соль.

**Способ приготовления:**

Петрушку и лук репчатый нарезать соломкой и спассеровать на масле.

В кипящий бульон всыпать промытый рис, положить пассерованные овощи, кусочки рыбы, а через 15–20 минут после начала варки — нарезанные дольками помидоры и доварить суп до готовности. Готовый суп заправить солью, специями и толченым чесноком.

При подаче на стол суп посыпать мелко нарезанной зеленью.

# Суп рыбный с крупой и лимоном

**Ингредиенты:**

100 г рыбы (любой), 30 г риса, 20 г лимона, 20 г сметаны, 15 г репчатого лука, 15 г сливочного масла, специи (любые), зелень (любая), соль.

**Способ приготовления:**

В кипящий бульон положить лук, сметану и довести до кипения.

Лук мелко нарезать и спассеровать на сливочном масле. Отдельно отварить рис, затем промыть его и положить в бульон с луком и сметаной.

В суповую тарелку положить кусочки отварной рыбы, ломтики очищенного от кожицы лимона, налить суп и посыпать его мелко нарезанной зеленью.

# Пюреобразные супы

Супы-пюре приготовляют из тех же продуктов, что и заправочные супы. Продукты, предназначенные для супа, варят или припускают до готовности, после чего протирают для получения однородной массы. Приготовленное пюре соединяют с бульоном и заправляют (кроме крупяных супов-пюре) мукой, которую обжаривают на сливочном масле, затем небольшими порциями вливают горячий бульон (овощной или крупяной отвар), непрерывно помешивая (для этих целей применяют деревянную лопаточку-веселку), т. е. приготовляют белый соус. Для улучшения вкуса и пищевой ценности в супы добавляют сливочное масло, яичный желток, смешанный с молоком, сметаной или сливками, ароматическую зелень. После заправки супы-пюре не кипятят.

В супы-пюре можно добавлять гарнир, приготовленный из продуктов, входящих в суп. Например, в суп-пюре из зеленого горошка хорошо положить немного зеленого горошка, в суп-пюре из моркови — вареной моркови, нарезанной мелкими кубиками.

Супы-пюре подают с гренками. Пшеничный хлеб для гренков нарезают кубиками размером примерно 1 см и высушивают в жарочном шкафу, слегка подрумянивая.

# Суп-пюре из рыбы

**Ингредиенты:**

300–400 г филе морского окуня или 700–800 г ледяной рыбы, 1 головка репчатого лука, по 1 корню петрушки и сельдерея, 1 лавровый лист, 3–4 горошины черного перца, по 2 ст. ложки сливочного масла и муки, 1/2 стакана молока или сливок.

**Способ приготовления:**

Из пищевых отходов рыбы сварить бульон.

Нарезанное кусочками филе залить рыбным бульоном или водой, добавить ароматические коренья, лук, соль, перец и лавровый лист и припустить до готовности. Затем рыбу и коренья дважды пропустить через мясорубку или протереть и проварить при слабом кипении в течение 5 минут.

Добавить слегка обжаренную на масле муку, разведенную бульоном, перемешать и посолить по вкусу!

Заправить суп молоком или сливками.

# Суп-пюре из рыбы и картофеля

**Ингредиенты:**

300–400 г сардин или салаки, 5 картофелин, 1 головка репчатого лука, 1/2 корня петрушки, 1/2 морковки, по 2 ст. л. сливочного масла и муки, 1/2 стакана молока, 1 яичный желток, соль по вкусу.

**Способ приготовления:**

Подготовленную рыбу без голов отварить, добавив немного моркови, петрушки, лука и соль. Остальные овощи пассеровать с жиром. Очищенный картофель отварить в подсоленной воде почти до готовности, добавить пассерованные овощи и сварить до готовности. Картофель и овощи протереть через сито, добавляя отвар. Отварную рыбу отделить от костей и дважды пропустить через мясорубку. Протертую овощную массу соединить с измельченной рыбой, тщательно перемешивая и добавляя процеженный рыбный бульон, затем добавить слегка обжаренную на масле муку, разведенную бульоном, соль и довести до кипения.

Готовый суп заправить яично-молочной смесью и маслом.

# Суп-пюре из рыбы и моркови

**Ингредиенты:**

300–400 г окуня, 3 морковки, 1/2 корня петрушки, 1 головка репчатого лука, по 2 ст. л. сливочного масла и муки, 1/2 стакана молока, 1 яичный желток, соль по вкусу.

**Способ приготовления:**

Кусочки рыбы, нарезанные из филе без костей, припустить, добавив немного моркови, петрушки, лука и соль. Остальные овощи пассеровать с жиром. Очищенную нарезанную морковь припустить почти до готовности, добавить пассерованные овощи и сварить до готовности. Затем морковь и овощи протереть через сито, добавляя отвар.

Отварную рыбу дважды пропустить через мясорубку. Протертую овощную массу соединить с измельченной рыбой, тщательно перемешивая и добавляя бульон, полученный от припускания рыбы, затем добавить слегка обжаренную на масле муку, разведенную бульоном или отваром, соль и довести до кипения.

Готовый суп заправить яично-молочной смесью и маслом.

# Соление

Это один из наиболее удобных и надежных способов заготовки рыбы во время многодневной рыбалки. Многие рыболовы используют именно этот способ сохранения рыбы, особенно когда ее количество велико. Часть, конечно же, можно использовать, приготовив на костре уху или другие блюда, а часть лучше засолить, чтобы привезти рыбу домой.

Соленая рыба может долго храниться, к тому же из нее можно приготовить любое блюдо. Можно просто употреблять ее в пищу в соленом виде, можно ее вялить, коптить, варить и жарить. Все будет зависеть от вида рыбы, способа ее посола и собственных вкусовых пристрастий.

Солить рыбу лучше зимой и весной, в это время, до икромета, мясо рыбы более жирное и поэтому после обработки обладает лучшими вкусовыми качествами. Кроме того, если после соления последует сушка рыбы, то весна и зима — наиболее подходящее время года, ведь в этот период еще мало мух и будет проще защитить рыбу от их личинок.

Наиболее вкусны в соленом виде лещ, сом, тарань, плотва, чехонь, язь, семга, рыбец, уклейка, судак, жерех, таймень, ленок и др.

Для посола лучше использовать крупную соль. Она быстрее и эффективнее удаляет из рыбы влагу, что важно для ее сохранения. Именно в этом и заключается главная функция соли, а не придание рыбе каких-то вкусовых качеств или консервирующее воздействие. При низкой температуре крупная соль растворяется медленно, ей требуется влага, которую она забирает из рыбы.

С мелкой солью такого эффекта не произойдет. Она быстро просаливает рыбу и как бы обжигает ее, стремительно обезвоживая и делая безвкусной.

Во время соления из рыбы выделяется тузлук, т. е. рассол, который получается при растворении соли в соке, выступившем из рыбы. Тузлук необходимо периодически сливать, чтобы в нем при солении не успевали размножиться микробы. Чтобы было меньше микробов, нужно выбирать для засолки чистую соль без каких-либо примесей.

Перед посолом рыбу обязательно нужно промыть в чистой холодной воде. Хамсу, кильку, плотву обычно солят без потрошения; у скумбрии, чируса и крупной ставриды удаляют жабры и внутренности, не разрезая брюшка. У прочих рыб массой 1–1,5 кг удаляют жабры и внутренности, а также делают разрез

вдоль спинки.

Крупную рыбу, весящую 1–3 кг и больше, перед посолом нужно выпотрошить и, если есть желание, разделать на куски. При этом не следует трогать брюшную полость, чтобы не повредить тонкую пленку, прикрывающую слой жира на брюшке. Разрез на рыбе надо делать через спину, вдоль хребта, отсекая при этом ребра от позвоночника с одной стороны. Все внутренности, включая икру или молоки, надо удалить. Голову разрезать до середины верхней губы, в мясистых частях спинки сделать продольные разрезы.

После этого рыбу — целиком или разрезанную на куски — нужно насухо вытереть чистой тканью или бумажным полотенцем, мыть рыбу не рекомендуется. Если рыбу планируется солить целиком, брюшную полость надо тщательно промыть и наполнить солью, тщательно засыпав ее в жабры. Затем рыбу надо уложить в чистую посуду в распластанном виде брюшками вверх, пересыпая каждый слой солью.

Сверху также надо насыпать слой соли. Солить рыбу нужно примерно 7–10 дней, в зависимости от ее толщины.

Выпотрошенную и распластанную рыбу необязательно придавливать грузом. Когда рыба просолится, ее следует тщательно промыть в рассоле, после чего плотно уложить в бочонок или ящик. Тару накрыть сверху смоченной в рассоле мешковиной и убрать на хранение в прохладное место (в погреб или на лед).

Жирная рыба лучше хранится в рассоле под грузом. В качестве груза можно использовать камни, в домашних условиях — банки, наполненные водой.

Среднюю рыбу (весом более 300 г) можно солить целиком, не разрезая на куски. Чтобы ускорить процесс засолки, нужно ввести насыщенный соляной раствор в брюшную полость через анальное отверстие, используя медицинский шприц без иглы или небольшую клизму с наконечником, сделанным из стержня от шариковой авторучки. Чем насыщеннее будет раствор, тем лучше. Его плотность определяется предельной возможностью растворения соли в воде. Рыба среднего размера солится 5–10 дней.

Сверху рыбу тоже нужно натереть солью и, если есть желание, специями или зеленью.

При этом удаляется вся излишняя слизь, а соль плотно забивается под чешую. Необходимо также втирать или насыпать соль в рот и под жаберные крышки.

Когда работа будет закончена, рыбу можно уложить в специально подготовленную емкость.

Мелкая рыба солится совсем просто: ее можно просто пересыпать солью и укладывать слоями. Она бывает готова уже через 2–3 дня.

Продолжительность засолки в охлаждаемом помещении, например в погребе со льдом, такой рыбы, как лещ, жерех или щука, в среднем длится 12 дней, сазан и судак солятся дольше — до 15 дней, а в неохлаждаемом помещении срок соления сокращается почти в 2 раза — до 5–7 дней.

Во время соления скумбрии, ставриды или чируса необходимо сливать образующийся рассол и заменять его свежим.

Рассол готовится из расчета 200 г соли на 1 л кипяченой и охлажденной воды.

Менять рассол надо 2 раза за все время соления — первый раз на 3-й день, второй раз — на 6-й день засолки. Количество вливаемого рассола должно быть равно количеству вылитого.

Для засолки рыбы можно дополнительно использовать различные специи и пряности: лавровый лист, ягоды и ветки можжевельника, зелень укропа, петрушки, листья смородины, разные виды перца и т. п. Однако необходимо знать меру, иначе рыба утратит свой естественный вкус и аромат.

Итак, в процессе засолки рыба должна отдать влагу, которая при этом частично заменяется солью.

Поэтому определить готовность рыбы можно по тому, насколько она стала твердой и как сгибается. Мокрый посол рыбы дает более быстрый результат, процесс сухого посола длится дольше.

Мороженую рыбу достаточно сложно солить, поскольку при оттаивании структура тканей нарушается и такая рыба вбирает очень много соли. В этом случае бывает сложно уловить момент, когда рыба уже засолилась, но еще не пересолена. Жирную рыбу можно обильнее пересыпать солью, ведь в жировых тканях воды очень мало, поэтому много соли рыба не «возьмет», а значит, ее не пересолишь.

Жирную рыбу можно также хранить в тузлуке.

Если соленую рыбу затем планируется вялить или коптить, то после засола ее обязательно нужно будет вымачивать в течение 2–3 часов, часто меняя воду.

При засолке рыбы всегда следует помнить, что она является скоропортящимся продуктом, поэтому нужно отбирать только свежую неповрежденную рыбу.

Прочую можно использовать для ухи или жарить на костре непосредственно во время многодневной рыбалки.

Чтобы получить соленую рыбу высокого качества, необходимо использовать только те виды рыб, которые способны

«созревать». К такой категории относятся сельдевые, лососевые и макрелевые.

В домашних условиях можно солить рыбу любых видов, кроме осетровых. Их засолка требует специального холодильного оборудования и высоких профессиональных навыков.

Для продления срока годности уже соленую рыбу хранят в холоде, лучше всего на льду.

Вся соленая рыба, в зависимости от содержания в ней соли, делится на 3 группы:

— слабосоленая (содержит 6–10 % соли);

— среднесоленая (содержит 10–14 % соли);

— крепкосоленая, или коренная (содержит свыше 14 % соли).

Слабосоленую рыбу можно употреблять в пищу или использовать для приготовления других блюд без предварительного вымачивания. Таким способом можно солить жирную сельдь, скумбрию, ставриду и т. п.

Среднесоленую и крепкосоленую рыбу перед употреблением нужно обязательно вымачивать в воде температурой не выше 12–15 °С. Чем больше соли содержится в рыбе, тем более длительным должен быть срок ее вымачивания. При этом необходимо через каждые 3–4 часа сливать воду, делая перерыв на 2 часа для более благоприятного перераспределения соли, а затем снова заливать свежей водой.

Для вымачивания среднесоленой сельди, скумбрии и ставриды можно использовать смесь из воды и холодного молока или разбавленную водой крепкую холодную чайную заварку. Такие добавки помогут сохранить в филе рыбы экстрактивные вещества.

Слабосоленую рыбу можно затем использовать для приготовления пряной или маринованной рыбы. Для этого готовят отвар пряностей с добавлением раствора уксусной кислоты и др.

Слабосоленую рыбу сначала нужно замочить, потом пересыпать пряностями, залить холодным отваром и выдержать для созревания при температуре не выше 2 °С в течение 2–3 недель.

Подробнее об этом будет рассказано в главе, посвященной маринованию рыбы.

Для зимней засолки обычно используют белугу, осетрину и т. п. Когда замерзшая рыба оттает, ее следует выпотрошить, отрезать голову, плавники и хвост, удалить жабры. Затем надо разрезать рыбу на куски, положить в емкость или кадку и промыть чистой водой, чтобы не оставалось крови на хрящах.

После этого надо положить рыбу на стол, на бумажное

полотенце, обсушить и натереть солью. Уложить куски в кадку, слегка пересыпая солью.

Когда кадка будет заполнена, рыбу нужно накрыть отрезанными плавниками и хвостами, наложить кружок с гнетом и оставить в таком положении на 2 дня.

Когда на поверхности появится рассол, нужно тщательно закупорить кадку и перевернуть, поставив на лед или на доску так, чтобы она не подтекала. Если рассола окажется мало, можно приготовить его отдельно. Затем надо просверлить верхнее дно кадки и влить туда столько охлажденного рассола, чтобы он полностью покрыл рыбу.

Доставать готовую рыбу из кадки можно с помощью крючка или вилки через отверстие, не раскупоривая кадки. Периодически следует проверять состояние рыбы. Если она начнет «замыливаться» или появится неприятный запах, нужно вынуть рыбу из кадки и промыть в чистой воде, саму кадку также вымыть, выпарить и выжечь соломой, чтобы в ней не осталось никакого запаха. После этого рыбу нужно снова положить в кадку, пересыпая каждый слой небольшим количеством соли, можно также добавить немного сухого хмеля. Затем рыбу надо залить свежим охлажденным рассолом и опять поставить на лед.

Все это лишь общие рекомендации, однако существует множество способов засолки рыбы, и каждый рыболов-профессионал придерживается своего.

Из тех способов, которые здесь предлагаются, можно выбрать наиболее подходящий для той рыбы, которая досталась в качестве трофея.

Посол рыбы делится на мокрый и сухой. При мокром посоле рыба солится в тузлуке — рассоле, который образуется из соли и выделяемого рыбой сока.

Во время соления тузлук нужно менять, заливая рыбу другим рассолом, приготовленным из воды, соли, лаврового листа и прочих пряностей.

# Мокрый посол

Вначале нужно приготовить тузлук — крепкий рассол. Его плотность можно определить, опустив в него сырое яйцо. Если оно всплывет, значит, рассол достаточно крепкий. Затем на дно посолочной посуды (можно использовать обычное ведро) нужно насыпать слой соли, уложить подготовленную рыбу, пересыпая ее солью, затем залить приготовленным рассолом. Рыбу лучше укладывать плотными рядами: головой к хвосту, спинкой к животу, а еще лучше — спинкой на брюшко. В таком положении лучше будет действовать гнет. Для придания особого вкуса можно добавить в рассол немного сахара.

Посолочная посуда обязательно должна быть неокисляющейся. Это может быть ведро, кастрюля, бак или бочка.

Можно также нанизать подготовленную свежую рыбу на бечеву или шпагат по 5–10 штук вместе. Это удобно, если потом рыба будет вялиться. Затем эту бечеву надо погрузить в приготовленный тузлук так, чтобы рассол полностью покрывал рыбу.

Мелкая рыба таким способом солится 2–3 дня. Потом ее надо вынуть, тщательно промыть в проточной воде в течение 20–30 минут и вывесить для сушки.

Если есть желание засолить крупную рыбу целиком, т. е. непотрошеной, то перед погружением в рассол в брюхо рыбы нужно закачать раствор соли через рот с помощью резиновой спринцовки или шприца без иглы.

В походных условиях очень часто используется простой способ мокрого посола рыбы. Подготовленную рыбу надо посыпать солью, разложив ее на какой-нибудь дощечке, затем набить соль в рот, под жабры и уложить рыбу в полиэтиленовый мешок. Его нужно закопать в небольшую ямку, вырытую на берегу реки или около родника. Потом землю надо как следует утрамбовать и сделать сверху бугорок, который будет служить естественным гнетом. Высота бугорка будет зависеть от размера рыбы: чем она больше, тем тяжелее должен быть груз, но его вес в среднем должен составлять не менее 1 кг.

Через 2–3 суток (в зависимости от величины рыбы) ее спинка должна стать твердой, мясо приобрести темно-серый цвет, а икра — желтовато-красный. Это говорит о том, что рыба готова. При этом, если потянуть ее за голову и хвост, должен возникнуть звук, напоминающий скрип.

На время засолки рыбу следует поместить в как можно более прохладное место. Это необходимо сделать потому, что соль

достаточно медленно проникает в мясо, и холод предохранит от порчи те места, где рыба еще не успела просолиться. Дома рыбу можно убрать в холодильник, погреб или поставить на лед. В походных условиях ее обязательно нужно закопать в яму, вырытую в прохладном затененном месте, а сверху, в дополнение к естественному гнету, накрыть ветками или брезентом, чтобы защитить от солнечных лучей.

Еще один способ засолки рыбы мокрым способом: подготовленную рыбу уложить слоями в посолочную посуду брюшком вверх и пересыпать солью из расчета 1 кг соли на 10 кг рыбы. Для придания нежного вкуса можно добавить в соль 25 г сахара. Сверху на рыбу положить кружок, сбитый из досок или выпиленный из целого куска липы или осины, которые не выделяют смолистых или дубильных веществ и не деформируются в рассоле. Убрать в прохладное место. Через 1–2 дня образовавшийся рассол (тузлук) должен покрыть рыбу целиком. Через 3–8 дней, в зависимости от размера, рыба полностью просолится.

После этого ее надо вынуть из тузлука, промыть в проточной воде, обсушить на воздухе и уложить в деревянный ящик или корзину для хранения. Тузлук можно вылить, хотя в старину, когда соль была на вес золота, купцы оставляли его для дальнейшего использования. В тузлук добавляли соль и готовили с этой смесью новую партию рыбы.

Можно засолить рыбу со специями. Подготовленную мелкую рыбу плотно уложить слоями в эмалированное ведро или бочонок, пересыпая солью. На 1 кг рыбы при умеренном посоле потребуется 150 г соли. Для крепкого посола на 1 кг рыбы нужно израсходовать 250–300 г соли. Чтобы предохранить рыбу от порчи, соль можно смешать с селитрой в соотношении 10:1. Для улучшения вкуса рыбы можно добавлять различные специи: лавровый лист, черный и душистый перец, тмин, гвоздику, листья смородины и ежевики. Этими специями нужно пересыпать слои рыбы вместе с солью и селитрой при ее укладывании в емкость.

Очень мелкую рыбу (кильку, тюльку, хамсу, уклейку и др.) солят не разделывая. Ее нужно лишь тщательно промыть в холодной воде. После этого воде надо дать стечь, стараясь не подсушить рыбу. Затем ее надо обильно натереть солью и сложить в посолочную посуду. Сверху положить груз — деревянную дощечку или кружок, придавленный камнем. Это обеспечит постоянное погружение рыбы в рассол и, кроме того, воспрепятствует образованию в рыбе газовых пузырей и полостей, в которых могут развиться гнилостные бактерии.

Длительность засолки мелкой рыбы — 1–3 дня.

Существует и другой способ засолки рыбы с рассолом. Он больше подходит для мелкой рыбы. Ее нужно подготовить и уложить в посолочную емкость брюшком вверх. Затем приготовить рассол, растворив в воде соль (на 3 л воды потребуется 1 кг соли, 15 горошин черного перца, 3 измельченных лавровых листа и 3–4 листа смородины). Все ингредиенты нужно прокипятить, затем рассол остудить и залить им рыбу.

Этот способ используется при засолке мелкой рыбы, которая весит меньше 250 г, а также для соления рыбы весом до 500 г (плотвы, густеры, подлещика, красноперки, рыбца, чехони, жереха, окуня и мелкой щуки).

## Сухой посол

Сухим способом солят более крупную рыбу, вес которой превышает 1 кг. Вначале необходимо подготовить рыбу, сделать разрез на спинке, вынуть потроха, не мыть, а лишь протереть сухим полотенцем. Изнутри рыбу обильно посыпать солью. Уложить тушки рядами в деревянный ящик или корзину, дно которой выстлано чистой тряпкой.

Укладывать рыбу надо брюшком вверх, посыпая солью. Поставить ящик в яму, выкопанную в прохладном месте, сверху накрыть полиэтиленовой пленкой.

Засолка продолжается 3–7 дней в зависимости от размера рыбы. В процессе засолки выделяется тузлук, который тут же вытекает из ящика через щели. Именно в этом и заключается смысл сухой засолки рыбы, в отличие от мокрой, когда рыба должна быть полностью погружена в рассол.

Некоторые рыболовы солят рыбу таким способом и на чистой рогоже, накрывая рыбу сверху той же рогожей и убирая в вырытую яму. В этом случае тузлук свободно вытекает сквозь ткань в землю.

Сухим способом можно солить и мелкую непотрошеную рыбу. Для этого понадобится любая чистая ткань. Ее нужно расстелить на широкой доске или фанере, сверху рядами выложить рыбу — головой к хвосту и так, чтобы спинка одной ложилась на брюшко другой. Рыбу нужно обильно посыпать солью и завернуть в эту же ткань. Сверток нужно накрыть другой доской или листом фанеры и поставить на него гнет. В процессе засолки из рыбы будет выделяться тузлук, который станет просачиваться через ткань и вытекать на землю. При сухом посоле на 1 кг рыбы требуется 175–200 г соли. Следует отметить, что при таком способе соль будет неравномерно распределяться и в одних частях рыбы ее будет больше, а в других меньше. Расход соли в этом случае почти в 1,5 раза больше, чем при мокром способе засола рыбы.

При засолке рыбы в ящике или корзине можно использовать гнет. Сначала надо накрыть рыбу крышкой, сбитой из дерева, а на нее положить тяжелый камень. Он позволит сделать мясо рыбы более плотным. На все время засолки необходимо убрать рыбу на холод, в прохладное место или закопать.

Просоленную рыбу перед дальнейшим употреблением нужно, как и рыбу после мокрого посола, тщательно промыть в пресной воде. Время промывания будет зависеть от вида рыбы и ее посола. Так, при сухом посоле мелкой рыбы, которая солилась в течение 2 дней, ее нужно вымачивать в течение 2 часов. Если затем

планируется сушка и вяление рыбы, вымачивать ее лучше вечером, чтобы потом развесить для обсушивания на ночь, когда будет меньше мух.

# Сельдь, соленная мокрым способом

**Ингредиенты:**

1 кг сельди, 2–3 лавровых листа, 3 г кориандра, 2 г семян укропа, 160 г соли, 5 г черного молотого перца.

**Способ приготовления:**

Для засолки нужно отобрать рыбу с неповрежденной кожей, не чистить ее и не резать. Обсушить рыбу сухим полотенцем.

Уложить подготовленную рыбу в эмалированную или пластиковую посуду, пересыпая каждый слой смесью из соли, перца, кориандра, семян укропа и измельченного лаврового листа.

Накрыть рыбу крышкой, установить гнет, убрать в холодное место. Через 3–7 дней рыба будет готова.

# Сазан, соленный сухим способом

**Ингредиенты:**

1 кг сазана, 2–3 лавровых листа, 3 г кардамона, 2 г гвоздики, 150–200 г соли, 3 г красного молотого перца, 5 горошин черного перца.

**Способ приготовления:**

Рыбу, которая весит менее 500 г, можно солить не разделывая. Нужно только предварительно вымыть ее, немного обсушить и натереть солью и специями, тщательно набивая эту смесь в жабры. У более крупной рыбы внутренности лучше удалить, делая это через разрез вдоль спинки от головы до хвоста. Молоки и икру можно оставить.

Затем рыбу промыть, слегка обсушить и натереть солью и специями изнутри и снаружи, плотно заполняя область жабр. Рыбу весом 1,5–2 кг и больше нужно дополнительно разрезать в нескольких местах на спинке, насыпая затем в эти небольшие надрезы соль.

Подготовленную таким образом рыбу уложить плотными рядами брюшком вверх в деревянный ящик или корзину с чистой плотной бумагой или тканью на дне. Сверху рыбу также посыпать солью. Это делается потому, что часть соли вместе с соком, выделяемым рыбой, стечет на дно и вытечет в землю.

Длительность засолки будет зависеть от размера и количества рыбы, а также от температуры того места, в котором она будет находиться.

В прохладном месте с температурой около 0 °C рыба будет готова через 10–12 дней, а при более высокой температуре — уже через 5 дней.

Таким способом можно солить воблу, жереха, леща, линя, красноперку, тарань, язя, чехонь, окуня и т. п.

# Малосольная форель

**Ингредиенты:**

1 кг форели, 200 г зелени укропа с зонтиками, 10–15 г сахара, 50–100 г соли, перец.

**Способ приготовления:**

Прежде всего, необходимо обработать рыбу и убедиться в том, что она не поражена паразитами, их личинками и т. п. Обработанную рыбу промывать водой не нужно, достаточно протереть ее чистой тканью. У крупной рыбы можно удалить позвоночник и ребра. Для этого надо сделать несколько надрезов и аккуратно извлечь кости. Подготовленную таким способом рыбу вместе с кожей и чешуей нужно посыпать смесью из соли, сахара и перца. Зелень укропа промыть и мелко нарезать. Рыбу выложить на пергаментную бумагу плотными рядами, пересыпая измельченной зеленью укропа. Верхний слой филе положить брюшком вниз. Плотно завернуть рыбу в пергамент, поместить между двумя досками, сверху установить гнет и убрать в холодное место. Мелкая рыба будет готова к употреблению через 4–5 часов, крупная — через 24 часа.

Таким способом можно солить форель, сельдь, салаку, камбалу, скумбрию и др.

# Соленый окунь со специями

**Ингредиенты:**

1 кг окуня, 2–3 лавровых листа, 3 г толченого имбиря, 5 г сахара, 5 г семян тмина, 160 г соли, 2 г красного молотого перца.

**Способ приготовления:**

Рыбу почистить, отрезать плавники и хвост, сделать разрез на спинке и удалить кости. Затем обсушить бумажным полотенцем и натереть смесью из соли и специй. Положить в посолочную емкость, сверху поместить крышку с гнетом и убрать в прохладное место.

Через 3 дня поменять рассол, залив новым. Готовить рассол из расчета 160 г соли и немного специй по вкусу на 1 л воды.

Через 6 дней нужно еще раз поменять рассол.

Через 5–10 дней окунь будет готов к употреблению.

# Салака по-скандинавски

**Ингредиенты:**

1 кг салаки, 100 г горчицы, 1–2 лавровых листа, 250 мл растительного масла, 10 мл лимонного сока, 3 г черного молотого перца, 50 г репчатого лука.

**Способ приготовления:**

Свежую салаку залить холодной кипяченой водой и вымачивать 24 часа.

После этого снять с рыбы кожу чулком, отрезать голову и хвост, разрезать на 2 половины, удалить кости и вытереть насухо бумажным полотенцем. Посыпать филе перцем и смазать горчицей, свернуть каждую половинку салаки трубочкой и плотно уложить в посолочную емкость. Залить растительным маслом, добавить лавровый лист, очищенный, вымытый и нарезанный кольцами репчатый лук, лимонный сок и плотно закрыть. Убрать рыбу в холодное место на 10–14 дней.

При подаче к столу можно украсить трубочки салаки веточками петрушки, солеными маслинами или оливками.

# Мороженая соленая горбуша

**Ингредиенты:**

1 кг горбуши, 10 г сахара, 2 г корицы, 2 г гвоздики, 2 г имбиря, 1 г кардамона, 150 г соли, 5 г красного молотого перца.

**Способ приготовления:**

Рыбу промыть, чтобы на хрящах не осталось крови, отрезать голову и хвост, удалить внутренности и кости, насухо вытереть бумажной салфеткой. Подготовленное филе рыбы выложить рядами на хлопчатобумажную чистую салфетку, предварительно смоченную кипяченой водой, пересыпая смесью из сахара, соли и специй. Очень плотно свернуть, затем обернуть полотенцем, перетянуть нитью и уложить в полиэтиленовый пакет, можно дополнительно завернуть в бумагу. Рыбу убрать в морозильную камеру. Через 3–4 недели, в зависимости от размера и количества рыбы, она будет готова к употреблению. Перед использованием рыбу нужно разморозить естественным способом.

# Малосольная форель со специями и горчицей

**Ингредиенты:**

1 кг форели, 10 г сахара, 5 г сухой горчицы, 2–3 лавровых листа, 3 г измельченного имбиря, 100 г соли, 2 г красного молотого перца.

**Способ приготовления:**

Форель промыть, сделать на тушке надрез вдоль всей спинки от головы до хвоста, вынуть потроха. Затем удалить голову и жабры, отрезать хвост и плавники, кожу и чешую оставить. Протереть тушки насухо изнутри и снаружи бумажным полотенцем. Приготовить смесь из соли, сахара, горчицы, измельченного лаврового листа и специй. На дно посолочной емкости насыпать немного этой смеси и плотно уложить рыбу брюшком вниз, пересыпая каждый слой смесью из соли и специй. Накрыть деревянной крышкой, установить гнет и убрать в холодное место на 5–6 часов.

Затем переложить верхние тушки вниз и снова убрать на холод. Малосольная рыба уже через 4–5 часов будет готова к употреблению.

# Соленая камбала с маслинами

**Ингредиенты:**

1 кг камбалы, 200 г свежих маслин, 5 г сахара, 25 мл растительного масла, 5 г семян укропа, 100 г соли, 3 г красного молотого перца, 6 горошин черного перца.

**Способ приготовления:**

Камбалу промыть, сделать надрез вдоль спинки, удалить потроха, аккуратно убрать позвоночник и вынуть ребра. Затем отрезать голову, хвост и плавники. Подготовленную тушку вытереть насухо изнутри и снаружи бумажным полотенцем. Натереть камбалу смесью из соли, сахара и красного молотого перца, оставить на 2 часа при комнатной температуре. После этого плотно уложить рыбу в посолочную емкость, добавить свежие маслины, перец горошком, семена укропа, растительное масло и накрыть деревянным кружком с грузом. Убрать рыбу в холодное место на 24 часа.

На природе поставить емкость в яму, не закапывая, но накрыв брезентом и ветками, дома можно убрать в холодильник или погреб.

# Сушка и вяление

Приготовление вяленой рыбы — целая наука, включающая различные способы и приемы заготовки рыбы, причем год от года она расширяется, пополняясь маленькими открытиями в этой области. Так, например, еще в прошлом веке чехонь и синец считались бросовой рыбой.

В рыбацкой кухне их использовали очень редко, когда ничего другого поймать не удавалось. Действительно, это очень костлявая и одинаково невкусная и в вареном, и в жареном виде рыба. Однако сегодня опытные рыболовы выработали особый метод вяления этих видов. В итоге получается замечательный продукт, который не уступает по вкусовым качествам самой лучшей вобле. То же самое можно сказать и про знаменитого донского рыбца, если только правильно его вялить.

В вялении рыбы существуют свои секреты и хитрости.

Без определенных навыков можно испортить рыбу, зато, владея основными принципами, удастся приготовить настоящий деликатес, которым потом будет не стыдно похвастаться перед друзьями.

Вяление или сушка рыбы — это ее медленное обезвоживание, которое происходит за счет испарения влаги. Температура воздуха не должна превышать 35 °С. Вялить лучше на воздухе, в естественных условиях.

В ходе процесса в рыбе протекают сложные биохимические реакции, в результате которых рыба не только обезвоживается, но и созревает.

Перед вялением необходимо правильно обработать рыбу и засолить. Сначала живую или только что пойманную рыбу нужно рассортировать по размеру, затем промыть в проточной холодной воде и уложить для засолки в специально подготовленную емкость.

После этого рыбу нужно промыть и при необходимости вымочить в холодной воде, чтобы убрать излишки соли. Затем рыбу нанизывают на бечеву через глазницы с помощью иглы или шпильки.

При этом нужно сделать так, чтобы брюшки всех рыб были направлены в одну сторону. Лучше нанизывать на одну нить по 15 рыб, чтобы они наверняка просушились. Нанизанную рыбу после этого нужно вывесить в проветриваемом прохладном месте.

Продолжительность вяления будет зависеть от величины рыбы, жирности и погодных условий. Например, рыба массой до 500 г вялится 3–4 недели, а более мелкая будет готова уже через

2 недели.

Определить готовность рыбы можно по внешним признакам: мясо вяленой рыбы сильно уплотняется и приобретает янтарную окраску, при надавливании из разреза должен выступать жир.

Готовый продукт нужно снять с бечевы и связать пучками по 40–50 штук. Кроме того, для одного пучка следует отбирать рыбу одного размера. Хранить готовую воблу нужно в сухом прохладном месте при температуре не выше 10 °С и влажности 70–75 %. Таким способом можно приготовить плотву и уклейку.

Лещ вялится немного по-другому. Сначала рыбу сортируют по размеру. Солить леща нужно в неразделанном виде, более крупные экземпляры следует предварительно выпотрошить. Перед засолкой леща нужно тщательно промыть. Более крупную рыбу можно предварительно охладить до 0 °С. Посол лучше провести смешанный: с использованием рассола и сухой соли.

Продолжительность засолки будет зависеть от размера рыбы: крупную и мелкую неразделанную нужно солить 4–5 суток, а среднюю — 5–6 суток. Потом соленую рыбу надо достать из рассола, выдержать в холодной чистой воде, чтобы удалить излишки соли, и снова промыть в проточной воде. Только после этого нанизать на бечеву и развесить в проветриваемом затемненном месте на воздухе для вяления.

Очень мелкую рыбу — такую, как корюшка, мелкий окунь, подмосковная плотва или подлещик, — вялить очень легко. Сначала рыбу нужно промыть в воде и положить в рассол. Через 20 минут рыбу можно достать из рассола, слегка промыть и вывесить для просушки.

Окунь и мелкая щука считаются особым деликатесом, хотя некоторым не нравится их нежирное и немного сухое мясо. Вялить окуня можно тем же способом, который используется при вялении мелкой рыбы. Но только вывешивать для просушки его лучше головой вниз, чтобы выделяющийся жир оставался в рыбе. Эта рекомендация относится и к другим видам сравнительно нежирной рыбы.

Из крупной жирной рыбы можно приготовить балык. Для этого ее нужно разделать на балык и тешу. Вначале рыбу надо разрезать по брюшку и удалить все внутренности. Затем отрезать голову и полностью срезать спинной плавник без оголения спинных жировых отложений. После этого нужно отделить брюшную часть (тешу) от спинки, сделав срез от приголовка до начала или окончания анального плавника, чуть ниже позвоночника. Теперь разделенные спинку и тешу следует зачистить от остатков внутренностей, удалить брюшную пленку и сгустки крови.

Осетровых и лососевых разделывают немного иначе. Эта процедура на языке рыболовов называется «разделать на боковники». Рыбу нужно разрезать посередине брюшка, удалить внутренности, брюшную пленку и сгустки крови. Затем отделить голову, срезать все плавники, разрезать тушку вдоль спины на две одинаковые половинки — это и есть боковники. При этом позвоночник удаляется. Потом можно разделить боковники на балык и тешу.

Замороженную рыбу разделывают в подмороженном состоянии.

Подготовленную рыбу затем надо промыть в холодной воде, натереть солью и специями и уложить в емкость рядами спинками вниз.

Предварительно на дно емкости нужно насыпать слой соли, сверху рыбу также нужно посыпать слоем соли толщиной 2–3 см. Тешу нужно солить отдельно.

Для засолки потребуется около 40 % соли от веса рыбы. К соленой рыбе очень хорошо добавить колотого льда. Его потребуется около 15 % от веса рыбы.

Через 36 часов в емкость с рыбой надо налить холодный рассол. Солить балык следует 17–30 дней в зависимости от размера рыбы и погодных условий. В более теплую погоду процесс протекает быстрее. Готовую рыбу нужно вынуть из рассола, промыть в проточной воде и положить в тузлук еще на 2–3 суток для распределения соли в теле рыбы, убрав емкость с рыбой в холодное место.

Соленую рыбу нужно положить для вымачивания в холодную пресную воду. Это необходимо для опреснения поверхностного слоя рыбы, чтобы во время сушки на ней не образовывался белый налет соли. Продолжительность вымачивания также будет зависеть от размера рыбы и погодных условий. Иногда требуется всего 5 часов, а в некоторых случаях на вымачивание уходит 2 дня.

Затем рыбу надо обвязать шпагатом и оставить на 2–3 дня для того, чтобы стекла вода. Тешу нужно подвешивать особым образом: в ее верхнюю часть следует вставить поперечную деревянную распорку. Она поможет предотвратить скручивание теши во время вяления.

Балык вялят 10–30 суток в зависимости от температуры окружающего воздуха, его влажности и размера рыбы. Теша вялится не более 10 дней.

Во время сушки можно комбинировать процесс естественного вяления с искусственной сушкой в помещении с температурой 6–8 °С, т. е. перевешивать рыбу то в помещение, то на воздух. Но в

этом случае вяление рыбы растянется на 1,5 месяца, хотя результат будет замечательным.

Во все времена самой вкусной вяленой рыбой считались вобла и тарань. Особенно много ее водится в Волге. И вобла, и тарань являются разновидностью обыкновенной плотвы. Большую часть времени они обитают в прибрежных водах Каспийского моря, а во время нереста поднимаются вверх по Волге.

Издавна Поволжье славилось вяленой и копченой воблой. Ее вес может достигать 1 кг. Мясо воблы очень жирное, красноватого цвета. Тарань немного меньше воблы, но по форме шире, что делает ее похожей на молодого леща. Обычно воблу и тарань ловят весной, когда она идет на нерест. В это же время ее солят и вялят.

Хорошая вяленая рыба должна иметь чистую и блестящую чешую, весь жир должен оставаться внутри, а не вытапливаться наружу, т. е. на ощупь рыба должна оставаться сухой. Если поднять рыбу на свет, она должна быть настолько прозрачной, чтобы был виден скелет. Мясо должно оставаться плотным, не волокнистым, но и не жестким. Хорошая вяленая рыба не должна быть горькой, что часто бывает, если рыба вялится в жаркую погоду.

Лучше всего вялить свежепойманную рыбу — воблу, тарань, синца, чехонь, леща и пр. Вначале ее нужно засолить в крепком рассоле, это можно сделать в алюминиевых или деревянных бочках. Сушить рыбу нужно в сухую холодную погоду, когда вечером температура падает до 0 °С и ниже. Наилучшее время для вяления рыбы — зима. Сначала ее вынимают из рассола, вымачивают лишнюю соль, а затем вывешивают гирляндами для сушки в проветриваемом затемненном месте.

Это и есть главный секрет правильного вяления рыбы — делать это лучше зимой или ранней весной. В это время нет мух, солнце не палит, поэтому жир не вытапливается и не испаряется, выпаривается только влага, мясо на холоде тоже не портится. Такой способ широко используют астраханцы, которые вялят рыбу не столько для своего удовольствия, сколько на продажу, поэтому чем лучше будет вяленая рыба, тем выше доход.

Весной тоже можно вялить рыбу, если есть подходящее место для сушки: погреб с ледником и вентиляцией. Важно, чтобы не было мух и было прохладно, иначе жир прогоркнет.

Иногда свежую мелкую рыбу вялят дома в духовом шкафу. Сначала ее выдерживают в рассоле, затем перекладывают в горшки и ставят в еще горячий, но начинающий остывать духовой шкаф. После такой сушки получается очень мягкая рыба, мясо которой имеет немного солоноватый вкус, легко отделяется от

костей и крошится. Однако специалисты считают, что такая рыба не идет ни в какое сравнение с настоящей вяленой. В некоторых барах Прибалтики рыбу готовят именно таким способом и затем подают к пиву.

В каждом регионе свои виды рыбы. В реках Вологды, Костромы и Подмосковья водится местная разновидность плотвы — сорога. Это очень узкая рыба всего с ладонь величиной. Но когда она нагуляет жирок, сорога становится довольно упитанной. Ловить ее лучше осенью, в октябре — ноябре. В это время сорога особенно жирная, и вялить ее лучше в холодное время года. Сначала рыбу нужно засолить. Это можно сделать в эмалированной посуде, например кастрюле. Сорогу следует пересыпать солью, накрыть крышкой с грузом и оставить на холоде. Уже через 1 сутки образуется тузлук, а через 3 дня рыбу можно доставать. Соленую сорогу обязательно нужно промыть, положить на 3 часа в чистую воду, а потом вывесить для сушки в продуваемом месте.

Вяленая рыба будет готова через 2–2,5 недели.

Готовые вяленые продукты очень важно уметь правильно хранить. Температура в помещении для хранения вяленой рыбы не должно превышать 10 °С. В таких условиях можно хранить балык и вяленую рыбу в течение 3 месяцев.

При неправильном хранении вяленая рыба может испортиться. Определить это можно по внешнему виду. К признакам порчи относят повышенную влажность, подкожное окисление жира, затхлость и омыление, мясо при этом издает неприятный запах. Если рыба хранится в слишком влажном помещении, ее брюшко становится обмякшим, а мышечная ткань набухшей, ослабленной и дряблой. Этот порок можно устранить, хорошо подсушив рыбу.

Если для вяления использовать долго хранившуюся рыбу, впоследствии может развиться подкожное окисление жира. С этим ничего нельзя сделать.

К сожалению, в продаже часто встречается именно такая вяленая рыба. Ее выдает кисловатый запах. Подобное явление развивается в результате нарушения режима засолки рыбы, а также когда ее слишком долго выдерживали в воде во время вымачивания.

Сырость рыбы проявляется в том случае, когда ее недостаточно просолили или провялили. Такая рыба пахнет сыростью и имеет плесневелый привкус.

Однако сырость можно устранить, если дополнительно провялить рыбу.

Затхлость и омыление возникают из-за того, что рыба после

вяления хранилась в неподходящих условиях. При этом появляются беловатый налет и затхлый запах, а поверхность тушки становится скользкой. Эти признаки можно устранить, если промыть рыбу в слабом растворе соли, а затем повторно просушить в нормальных условиях при низкой температуре и в хорошо продуваемом месте.

# Вяленый окунь

**Ингредиенты:**

5 кг свежемороженого окуня, 1 кг крупной соли, перец.

**Способ приготовления:**

Окунь — достаточно жирная рыба, поэтому из него получается вяленый продукт с очень высокими вкусовыми качествами. Для вяления лучше выбирать рыбу одного размера. Лучше всего, если окунь будет весить 0,5–1 кг.

Вначале свежемороженую рыбу нужно разморозить на воздухе при температуре не выше 18 °С. Когда окуни будут легко отделяться друг от друга, их можно обрабатывать. Очень хорошо, если ближе к середине мясо рыбы останется немного промороженным. Надо удалить голову, внутренности, хвостовой плавник и крупные кости. Затем нужно промыть рыбу холодной водой и дать воде стечь. Подготовить емкость для посола, ополоснуть ее холодной водой. Дно емкости и стенки посыпать солью, каждого окуня тщательно обвалять в соли со всех сторон и плотно уложить рядами крест-накрест, обильно посыпая каждый ряд солью. Верхний ряд также необходимо посыпать солью. Сверху на рыбу положить плоскую тарелку или фанерный круг, на него установить гнет весом не менее 3 кг. В домашних условиях можно использовать 3-литровую банку с водой, закрытую крышкой. Рыбу можно оставить засаливаться при комнатной температуре, но лучше убрать емкость в прохладное место.

Рыба весом до 1 кг солится не дольше 18 часов, иначе она получится пересоленной. Однако не стоит бояться, что соли окажется больше чем нужно. Всегда можно прекратить посол, конечно, когда будет достигнут желаемый результат и рыба достаточно просолится.

Затем окуней нужно тщательно промыть в проточной холодной воде, снова уложить в емкость и залить холодной водой, оставить на 10–15 минут. Воду слить, рыбу обсушить. После этого ее можно подвесить на проволочные крючки, предварительно проткнув у хвостового плавника шилом или ножом.

Подвешивать окуня обязательно следует головой вниз.

Сначала рыбу можно повесить в помещении на 2–3 часа, а затем перевесить в проветриваемое место. Температура воздуха не должна превышать 25 °С. При больших перепадах температуры лучше переносить рыбу на ночь с воздуха в помещение, а утром вновь вывешивать на улицу. Вяленый окунь будет готов через 3–7

суток в зависимости от размера рыбы и от погодных условий.

# Вяленая плотва

**Ингредиенты:**

1 кг плотвы, 150 г веточек можжевельника, 150 г соли для умеренного посола и 250–300 г для крепкого посола.

**Способ приготовления:**

Подготовленную рыбу посолить, уложить плотными рядами в посолочную емкость, пересыпая промытыми веточками и листьями можжевельника, накрыть тарелкой или деревянным кружком, установить гнет и убрать в холодное место.

Мелкая рыба будет готова через 2–3 дня, крупная — через 8–10 дней. Соленую рыбу нужно достать из емкости и нанизать на бечеву спинками в одну сторону, протягивая ее через глазные впадины. Связки рыбы промыть в проточной холодной воде и подвесить для сушки на открытом воздухе.

Желательно установить над рыбой навес или использовать на природе естественное прикрытие из ветвей деревьев. Дополнительно нужно прикрыть рыбу марлей от мух. Вяленая плотва будет готова к употреблению через 2 недели.

Таким способом можно солить рыбу средней жирности — такую, как вобла, тарань, плотва, густера, подлещик, чехонь, язь, окунь, щука, карп, мойва и др. Мелкую рыбу можно солить целиком, без потрошения, а крупную следует потрошить, оставляя лишь икру и молоки.

Если попалась очень крупная рыба, перед засолкой ее нужно дополнительно разрезать вдоль спинки и удалить позвоночник и ребра. Разрезы необходимо обильно посыпать солью.

# Вяленый судак

**Ингредиенты:**

1 кг судака, 50 мл столового уксуса, 100 г листьев хрена, 25 г семян укропа, 150 г соли для умеренного посола и 250–300 г для крепкого посола.

**Способ приготовления:**

Рыбу почистить, выпотрошить, протереть уксусом, затем натереть солью.

Сложить в кадку, пересыпая каждый слой солью, промытыми и измельченными листьями хрена и семенами укропа.

Выдержать рыбу 2–3 дня в холодном месте.

Затем судака промыть, 12 часов вымачивать в чистой воде (можно смешать воду с горячим молоком, пивом или квасом). Нанизать куски на шпагат и повесить на воздух для сушки. Через 2 недели вяленый судак будет готов. Обычно такую рыбу заготавливают для употребления во время постов.

Этим способом можно вялить щуку, плотву, судака, налима, рыбца, горбушу и т. п.

# Вяленый налим

**Ингредиенты:**

1 кг налима, 100 г зелени укропа вместе с зонтиками, 50 г листьев смородины, 50 г тертого сушеного корня хрена, 150 г соли для умеренного посола и 250–300 г для крепкого посола.

**Способ приготовления:**

Рыбу выпотрошить, протереть бумажным полотенцем насухо, натереть солью. Уложить в посолочную посуду, пересыпая солью, вымытыми листьями смородины, тертым сушеным корнем хрена и измельченной зеленью укропа. Сверху также посыпать слоем соли. Убрать рыбу на холод на 2–3 дня, в зависимости от ее размера.

Готовую рыбу вымачивать в холодной воде в течение 12 часов. Нанизать куски налима на бечеву и подвесить в продуваемом и прохладном месте на 2 недели.

# Вяленый рыбец

**Ингредиенты:**

1 кг рыбца, 100 г листьев хрена, 50 г листьев смородины, 100 г зелени укропа, 50 г семян укропа, 10 г чеснока, 150 г соли для умеренного посола и 250–300 г для крепкого посола.

**Способ приготовления:**

Чеснок промыть, очистить и крупно нарезать.

Зеленый укроп, листья хрена и смородины промыть, укроп крупно нарезать. Рыбу выпотрошить, вытереть насухо бумажным полотенцем, натереть солью. Уложить рядами в посолочную емкость, пересыпать каждый слой солью, чесноком, зеленью и семенами укропа, листьями хрена и смородины. Убрать на холод на 2–3 дня.

Вымачивать соленую рыбу в воде, смешанной с пивом в соотношении 2: 1, в течение 12 часов.

После этого рыбу нужно подвесить на шпагате в хорошо продуваемом затененном месте для вяления. Рыба будет готова к употреблению через 2–2,5 недели.

# Маринование

Маринованная рыба — одно из вкуснейших блюд рыбацкой кухни. Мариновать рыбу можно с различными специями и добавками. Это не требует особых навыков и по плечу любому рыболову. Главное знать, какие пропорции допустимы, и выдерживать правильные сроки маринования. Предварительно рыбу необходимо подготовить к маринованию. Это делается так же, как и перед засолкой. В зависимости от размера рыбы выбирается тот или иной способ обработки.

Мариновать рыбу можно и в походных условиях, и дома. Однако она обязательно должна быть свежей или свежемороженой.

Для маринования лучше отбирать виды рыбы, которые обладают нежным вкусом, например лососевые, осетровые, макрелевые и др.

При горячей обработке рыба утрачивает эти вкусовые качества, поэтому маринование является наилучшим способом, позволяющим сохранить нежный вкус рыбного филе.

Мариновать рыбу удобнее всего дома, где можно стерилизовать банки и использовать для их закупорки металлические крышки. В походных же условиях можно ограничиться маринованием в эмалированных емкостях с обычной крышкой.

В этом случае сроки хранения маринованного продукта будут не такими продолжительными, однако до возвращения домой после рыбалки рыба все-таки сохранится, причем предстанет перед домочадцами в лучшем виде.

# Лосось по-шведски

**Ингредиенты:**

600 г филе лосося, 20 г сахара, 60 г измельченной зелени укропа, 25 мл растительного масла, 50 г репчатого лука, 40 г морской соли, 2 г красного молотого перца, 2 г черного молотого перца.

**Способ приготовления:**

Репчатый лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Филе лосося промокнуть бумажной салфеткой или чистой тканью, разрезать на 2 плоских ломтя. Смешать сахар, морскую соль (она обладает интенсивным вкусом), красный и черный молотый перец, а также измельченную зелень укропа. Натереть ломтики филе этой смесью. Затем взять емкость подходящего размера, насыпать на ее дно немного смеси, положить один кусок филе кожей вниз, второй — кожей вверх. Закрыть емкость крышкой и убрать в холодильник на 24 часа. Затем рыбу нужно достать, филе очистить от остатков пряной смеси и выложить на блюдо, нарезав небольшими кусочками, слегка полить растительным маслом и украсить кольцами репчатого лука.

Дополнительно можно украсить маринованного лосося ломтиками лимона.

# Маринованный осетр

**Ингредиенты:**

2 кг осетрины, 4 г измельченного мускатного ореха, 25 г сахара, 50 мл коньяка, 100 г зелени укропа, 120 г соли грубого помола, 5 г черного молотого перца, 2 г красного молотого перца.

**Способ приготовления:**

Зелень укропа промыть и обсушить. Подготовленную рыбу тщательно обсушить бумажным полотенцем. Приготовить смесь из молотого черного и красного перца, измельченного мускатного ореха, соли грубого помола, сахара и коньяка. Этой смесью натереть рыбу, разрезать поперек на 5–6 кусков и уложить в эмалированную посуду, выстланную зеленью укропа.

Переложить каждый слой укропом, сверху также выложить укроп. Придавить рыбу деревянным кружком или тарелкой, установить гнет, поставить в прохладное место на 2–3 суток. После этого рыбу очистить от остатков смеси, нарезать тонкими ломтиками и подать к столу.

В дополнение можно подать белый хлеб и сливочное масло.

# Маринованная щука по-деревенски

**Ингредиенты:**

2 кг щуки, 400 мл столового уксуса, 60 г сахара, 50 г зелени петрушки, 60 г зелени сельдерея, 40 г лука-порея, 50 г репчатого лука, 2–3 лавровых листа, 6 горошин черного перца, 6 горошин душистого перца, 2 бутона гвоздики, 60 г соли.

**Способ приготовления:**

Щуку промыть, почистить, вынуть кости.

Филе нарезать кусками, обсушить бумажным полотенцем.

Каждый кусок натереть смесью из соли и сахара, уложить в эмалированную кастрюлю, сверху накрыть тарелкой или деревянным кружком, установить гнет.

Поставить на холод на 24 часа.

Зелень петрушки и сельдерея, лук-порей и очищенный репчатый лук вымыть, нарезать небольшими кусочками, затем выложить в 2 л горячей воды, довести до кипения.

Куски рыбы по отдельности опускать на 5 минут в кипящий маринад. После этого влить в маринад уксус, положить лавровый лист, гвоздику и перец горошком, довести до кипения. Положить в кипящий маринад кусочки рыбы и варить 10–15 минут. Затем рыбу достать, разложить по стерильным банкам, залить горячим процеженным маринадом.

Для длительного хранения банки следует герметично закрыть. Когда они остынут, убрать рыбу в холодное место.

# Маринованная щука по-новгородски

**Ингредиенты:**

2 кг щуки, 120 мл растительного масла, 15 г чеснока, 400 мл столового уксуса, 60 г сахара, 50 г зелени петрушки, 60 г зелени сельдерея, 50 г репчатого лука, 2–3 лавровых листа, 6 горошин черного перца, 6 горошин душистого перца, 60 г соли.

**Способ приготовления:**

Разделанную щуку нарезать порционными кусками, тщательно обсушить бумажным полотенцем. Натереть каждый кусок смесью соли и сахара.

Обжарить рыбу в растительном масле до образования золотистой корочки, затем подсушить в горячей духовке.

Приготовить маринад.

Зелень петрушки и сельдерея, а также очищенный репчатый лук вымыть и нарезать небольшими кусочками.

Довести до кипения 1 л воды, добавить зелень и лук, снова довести до кипения, варить на слабом огне 5 минут, затем влить уксус и добавить перец горошком и лавровый лист. Вновь довести маринад до кипения и варить на слабом огне 5–10 минут.

Чеснок очистить, вымыть и измельчить.

Емкость для маринования натереть изнутри измельченным чесноком, уложить в нее куски щуки и залить охлажденным маринадом с пряностями.

Накрыть крышкой и убрать на холод. Через 1–3 дня рыба будет готова к употреблению.

# Маринованное филе окуня

**Ингредиенты:**

2 кг филе окуня, 50 мл оливкового масла, 200 г репчатого лука (можно лука-шалота), 500 мл воды, 50 мл виноградного уксуса, 50 мл белого сухого вина, 100 г помидоров (без кожицы), 5 г измельченного чеснока, 2 г толченого тмина, 1–2 лавровых листа, 50 г майонеза.

**Способ приготовления:**

Филе окуня нарезать порционными плоскими ломтиками, кожицу надрезать крест-накрест, чтобы она не съежилась во время тепловой обработки.

Натереть кусочки смесью из соли, молотого перца и майонеза. Жарить окуня в оливковом масле до образования золотистой корочки.

Репчатый лук очистить, вымыть, мелко нарезать, смешать с измельченным чесноком и размятыми до состояния пюре помидорами.

Воду вскипятить, добавить в нее тмин и лавровый лист, довести до кипения, добавить томатную массу, вновь довести до кипения.

Затем влить в маринад вино и уксус, вскипятить и охладить. Выложить филе окуня в приготовленный маринад, закрыть крышкой и поставить на 24 часа в холодное место. Готовое блюдо можно перед подачей слегка разогреть или подавать холодным.

Оставшийся маринад можно использовать как соус к этому или любому другому рыбному блюду.

# Маринованный угорь

**Ингредиенты:**

1 кг угря, 80 мл растительного масла, 100 г толченых сухарей, 250 мл столового уксуса, 4 г молотого тмина, 3 г толченой гвоздики, 5 г сахара, 2–3 лавровых листа, 50 г листьев смородины, 50 г стеблей укропа с зеленью и зонтиками, 50 г соли, 3 г красного молотого перца, 3 г черного молотого перца.

**Способ приготовления:**

Рыбу промыть, удалить крупные кости, головы и плавники.

Подготовленную рыбу нарезать порционными кусками, промыть, обсушить бумажным полотенцем, натереть смесью из соли, сахара и перца.

После этого куски рыбы нужно обвалять в толченых сухарях и обжарить в разогретом растительном масле (лучше всего использовать оливковое).

Листья смородины и стебли укропа вымыть и обсушить.

Уксус вскипятить со стаканом воды, добавить тмин, гвоздику и лавровый лист, варить на медленном огне 5 минут.

Куски рыбы уложить в стерильные банки, перекладывая листьями смородины и крупно нарезанными стеблями укропа с зеленью и зонтиками.

Залить рыбу горячим уксусом со специями.

Банки закрыть и охладить, затем убрать на холод.

Для длительного хранения их нужно закатать металлическими крышками.

# Маринованный бестер

**Ингредиенты:**

2 кг бестера, 200 мл столового уксуса, 150 мл сухого белого вина, 3 г толченого имбиря, 30 г измельченного чеснока, 3 г молотого эстрагона, 2 г майорана, 40 г листьев хрена, 40 г зелени укропа, 20 г семян укропа, 80 г соли, 5 горошин черного перца.

**Способ приготовления:**

Рыбу промыть, аккуратно удалить позвоночник и хрящи, сделав надрез вдоль спинки. После этого нарезать рыбу порционными кусками и натереть солью. Довести до кипения 200 мл воды, добавить перец горошком, имбирь, чеснок, эстрагон и майоран, варить 3–5 минут. Затем влить уксус и вино, довести до кипения, выложить в маринад нарезанные куски рыбы. Варить рыбу до полуготовности, достать, уложить в стерилизованные банки, переложить листьями хрена и зеленью укропа, посыпать семенами укропа, влить пряный маринад, банки закатать.

Хранить маринованную рыбу в темном прохладном месте.

# Маринованная сельдь

**Ингредиенты:**

1 кг сельди, 1 л столового уксуса, 100 г лука-шалота, 200 г моркови, 50 г корней сельдерея, 20 г зелени петрушки, 30 г зелени сельдерея.

**Способ приготовления:**

Рыбу промыть, обсушить бумажным полотенцем. Приготовить маринад.

Для этого очистить, вымыть и мелко нарезать корни сельдерея и морковь, залить уксусом, добавить вымытый и измельченный лук-шалот. Довести смесь до кипения и варить на медленном огне в течение 15 минут. Зелень петрушки и сельдерея промыть и обсушить.

Маринад процедить. Оставшиеся морковь, корни сельдерея и лук-шалот уложить в банки или емкость для маринования, перемежая слоями рыбы и зеленью петрушки и сельдерея. Маринад снова вскипятить, дать ему немного остыть и разлить по банкам. Банки с рыбой закатать и убрать для хранения в холодное темное место.

# Маринованная корюшка

**Ингредиенты:**

1 кг корюшки, 1 л столового уксуса, 300 г моркови, 100 г репчатого лука, 100 г корней сельдерея, 50 г зелени сельдерея, 50 г соли, 5 г красного молотого перца.

**Способ приготовления:**

Рыбу промыть, обсушить бумажным полотенцем, натереть смесью из соли и перца. Зелень сельдерея промыть и обсушить. Морковь, репчатый лук и корни сельдерея очистить, вымыть и нашинковать. Уксус вскипятить, добавить в него подготовленные корнеплоды и лук, вскипятить еще раз.

После этого выложить в маринад корюшку, вновь вскипятить. Рыбу достать из маринада, положить в решето и дать уксусу стечь. Маринад процедить.

Затем уложить рыбу в банки плотными рядами, перекладывая ее овощами из маринада и зеленью петрушки.

Залить корюшку маринадом, закатать банки, охладить и убрать в холодное место.

# Маринованная стерлядь

**Ингредиенты:**

1 кг стерляди, 500 мл столового уксуса, 10 г винограда, 10 г фиников (без косточек), 10 г изюма, 100 г мякоти лимона, 80 г мякоти кисло-сладких яблок, 20 г соуса-горчицы, 5 г сахара, 5 г соли.

**Способ приготовления:**

Рыбу промыть, припустить без соли в 1 л воды. Затем удалить из рыбы крупные кости и нарезать ее порционными кусками.

Приготовить маринад, смешав уксус с рыбным бульоном. Добавить в него виноград, предварительно замоченные финики и изюм, кубики яблок и дольки лимона. Довести маринад до кипения, варить 5 минут на медленном огне, затем положить горчицу, соль и сахар. Вновь вскипятить, затем процедить и немного остудить.

Подготовленную рыбу разложить по банкам, пересыпая фруктами и ягодами из маринада, залить теплым маринадом. Закатать банки металлическими крышками и убрать в прохладное место.

# Хек в томатном маринаде

**Ингредиенты:**

1 кг хека, 100 мл растительного масла, 100 г моркови, 50 г репчатого лука, 2 лавровых листа, 50 г зелени петрушки, 50 г панировочные сухари, 5 г измельченного имбиря, 3 г красного молотого перца, 2 г черного молотого перца, 8 г соли.

Для маринада:

150 мл виноградного уксуса, 70 г томатной пасты, 15 г сахара, 10 г соли.

**Способ приготовления:**

Рыбу промыть, почистить, вынуть кости, сделав аккуратный надрез вдоль спинки, нарезать мясо порционными кусками и обсушить его бумажным полотенцем.

Смешать соль, перец, имбирь и измельченный лавровый лист. Натереть этой смесью куски рыбы.

Затем обвалять рыбу в панировочных сухарях и обжарить в горячем растительном масле.

Морковь и репчатый лук очистить и вымыть.

Нарезать лук кольцами, морковь — кружочками.

Зелень петрушки промыть и обсушить.

Приготовить маринад, вскипятив 150 мл воды и добавив в нее уксус, морковь, лук, сахар и соль. Кипятить 5–10 минут.

Обжаренную рыбу разложить по банкам, пересыпая веточками петрушки, и залить кипящим маринадом.

Банки закатать металлическими крышками, охладить и убрать на хранение в холодное место.

# Маринованная рыба по-английски

**Ингредиенты:**

1 кг белой рыбы (любой), 100 мл растительного масла, 5 г морской соли, 5 г сахара, 100 г панировочных сухарей, по 20 г зелени и веточек эстрагона, базилика, майорана и розмарина.

Для маринада:

350 мл виноградного уксуса, 5 горошин черного перца, 2 г корицы, 2 г гвоздики, 4 г тертого мускатного ореха, соль.

**Способ приготовления:**

Подготовленную рыбу нарезать средними кусками, натереть смесью из соли и сахара, обвалять в сухарях и обжарить в горячем растительном масле.

Зелень и веточки эстрагона, базилика, майорана и розмарина промыть и обсушить.

Из 250 мл воды, уксуса, черного перца горошком, корицы, гвоздики, мускатного ореха и соли приготовить маринад. Обжаренные куски рыбы уложить в банки, пересыпая веточками и зеленью розмарина, эстрагона, майорана и базилика. Залить рыбу горячим маринадом, закатать и охладить. Хранить в холодном месте.

# Жерех в томатном маринаде

**Ингредиенты:**

2 кг жереха, 100 мл растительного масла, 50 г соли, 50 г листьев хрена, 10 горошин черного перца.

Для томатного маринада:

300 г репчатого лука, 150 мл рафинированного растительного масла, 2 кг помидоров, 4 гвоздички, 3 лавровых листа, 70 г сахара, 100 мл столового уксуса, 7 горошин душистого перца, 25 г соли.

**Способ приготовления:**

Мелкую рыбу можно не потрошить, только промыть и вытереть насухо, не разрезая на куски.

Крупную рыбу выпотрошить и промыть, обсушить бумажным полотенцем, нарезать порционными кусками.

Подготовленную рыбу пересыпать солью и оставить на 30 минут при комнатной температуре. Затем рыбу нужно обвалять в муке и обжарить в разогретом растительном масле. Обжаренный жерех охладить и разложить по банкам, пересыпая горошинами черного перца и вымытыми, мелко нарезанными листьями хрена.

Приготовить томатный маринад. Репчатый лук очистить, вымыть и мелко нарезать.

Обжарить его в растительном масле.

Свежие помидоры вымыть и натереть на крупной терке.

Вскипятить 500 мл воды, томатную массу перелить в кастрюлю, довести до кипения, добавить обжаренный лук, гвоздику, лавровый лист и душистый перец, сахар, соль.

Вскипятить, потом влить уксус и снова довести до кипения, варить на слабом огне 5 минут.

Готовым томатным маринадом залить банки с рыбой.

Установить наполненные банки в кастрюлю с горячей водой (около 70 °С) и стерилизовать под крышкой при постоянном кипении в течение 50 минут.

После этого банки нужно закатать и стерилизовать еще 6 часов. Затем охладить в кастрюле, не снимая крышек.

Хранить в холодном месте.

Таким способом можно заготовить судака, сазана, бычков.

# Скумбрия маринованная

**Ингредиенты:**

2–3 мороженые скумбрии, 2 ст. ложки мелко нарезанного укропа, маринад из 1/2 стакана растительного масла, 2–3 ст. л. 3 %-ного уксуса, 1/2 — 1 ч. л. готовой горчицы, 1/2 ст. ложки соли, 1/2 ст. ложки сахарного песка.

**Способ приготовления:**

Подготовленную рыбу разделать на филе, положить кожей вниз и, держа нож под углом 30°, срезать тонкие ломтики без кожи. На дно эмалированной кастрюли, чередуя, слоями положить укроп и кусочки рыбы.

Продукты для маринада смешать и залить этой смесью рыбу. Поставить подготовленную таким образом рыбу на 3 часа в холодильник.

Подавать к столу вместе с маринадом, украсив листиками укропа или петрушки.

# Ставрида маринованная

**Ингредиенты:**

4–5 мороженых ставрид, 2 ст. ложки муки, 3 ст. ложки растительного масла, 1 стакан соуса майонез с укропом или соуса зеленого из шпината, маринад из 2 стаканов 3 %-ного уксуса, 1 ст. ложки соли, 5–6 горошин черного перца.

**Способ приготовления:**

Подготовленную ставриду разделать на филе, залить маринадом (смешать продукты, предназначенные для маринада) и выдержать в нем 2–3 дня. После маринования мясо рыбы становится белым. Нарезать его на кусочки, положить на блюдо или селедочницу, полить соусом, украсить зеленью.

Ставриду маринованную можно приготовить в жареном виде. Филе нарезать кусочками, обвалять в муке и пожарить.

Охладив, подать к столу, полив соусом и посыпав зеленью.

# Копчение

Копчение рыбы — один из способов заготовки рыбы на природе во время рыбалки. Тем более если рыбалка затягивается на несколько дней, а как известно, не бывает рыбы второй свежести, так как она очень быстро портится, особенно в теплую и жаркую погоду.

Чтобы сохранить до возвращения домой весь улов, необходимо его как-то переработать, чтобы предохранить от порчи. После засолки рыбу можно обсушить или закоптить.

Для копчения пригодны практически все виды рыбы, в отличие от вяления. Наиболее вкусными в копченом виде получаются речной окунь, лещ, карп, линь, угорь, треска, налим.

Копчение бывает холодным и горячим. Также можно закоптить рыбу, пользуясь металлической переносной коптильней. Это позволит ускорить процесс копчения в несколько раз. Правда, рыба получается печено-копченая и из-за этого менее вкусная. Гурманам больше по вкусу копчение в натуральном виде со сложной системой костер — дымоход — коптильная камера, когда такое сооружение своими руками устраивается прямо на берегу реки, где рыболов удит рыбу. Для костра используются ветки и щепки лиственных деревьев и разные ароматные травы, поэтому рыба получается необыкновенно вкусной и душистой.

Для копчения лучше выбирать крупную рыбу и обязательно свежепойманную, поскольку во время хранения в мясе необработанной рыбы накапливаются различные отравляющие вещества. Так что, поймав рыбу, не стоит откладывать ее обработку. Лучше сразу же приступить к ее разделке и заготовке.

Также рекомендуется подбирать для копчения рыбу одинакового размера, иначе во время копчения одна рыба хорошо прокоптится, а другая останется сыроватой.

Итак, коптильню вполне можно соорудить самостоятельно. Существует много вариантов таких коптилен, предназначенных для временного (на одну рыбалку) или постоянного пользования, если, например, место рыбалки всегда остается одним и тем же. Принцип всегда остается один тот же: объем коптильни зависит от объема и количества предназначенной для копчения рыбы.

Так, в коптильной камере размером с небольшой ящик можно коптить только мелкую рыбу.

Для средней рыбы подойдет коптильня в виде бочки, а крупную рыбу целиком необходимо коптить в просторной камере размером со шкаф.

Для розжига костра подойдет то же сырье, что

рекомендовалось для копчения дичи. Очень удобно использовать трухлявую ольху, которая не воспламеняется во время копчения, в отличие от других пород древесины. Прекрасно зарекомендовали себя небольшие веточки можжевельника, которые можно подкладывать в дымокур в последние дни копчения. Можжевельник продлевает срок хранения любого продукта, поскольку является естественным консервантом.

После копчения рыбы с использованием можжевеловых щепок продукт будет храниться более 2 недель, конечно, если убрать его в прохладное место.

Предварительно нужно правильно подготовить рыбу к процессу копчения. Вначале рыбу нужно почистить и выпотрошить или коптить целиком в зависимости от способа копчения, размеров и вида рыбы. Подготовленную рыбу перед копчением нужно просолить, используя гнет или сухой посол в мешках. Засолка под гнетом подходит как для мелкой, так и для крупной рыбы. Таким способом можно заготовить сома, карпа, судака, голавля, язя и щуку. Крупную и среднюю рыбу нужно потрошить, сделав продольные надрезы, затем посыпать крупной солью, уложить под гнет и оставить в прохладном месте. Крупную рыбу нужно солить 10–12 дней, мелкую — 8 часов. После положенного срока образовавшийся тузлук нужно слить, рыбу промыть в холодной воде, замочить в чистой воде примерно на 1,5 часа. Затем просушить, подвесив на установленные внутри коптильни палочки-распорки, которые можно сделать из ольховых веточек.

Для копчения крупную и среднюю рыбу надо выпотрошить, отрезать голову и удалить позвоночник. Затем уложить в мешок, пересыпая обильно крупной солью (можно использовать морскую соль).

Если солить рыбу в мешке, при укладывании его нужно периодически встряхивать, чтобы уплотнить слои рыбы. Когда мешок наполовину наполнится, его нужно туго закрутить для повышения давления на рыбу. Далее мешок надо закопать в песок и оставить в таком положении на 1 сутки. Мелкую рыбу можно оставить на 12 часов. После этого ее нужно вынуть, промыть в воде, обсушить на ветру и приступить к копчению.

Рыбу с нежным мясом перед копчением нужно обернуть полотном, бумагой или обмазать тестом. Время обработки будет зависеть от способа копчения, размера рыбы и ее вида. Форель, щуку, карпа, угря можно коптить горячим способом 4 дня, а лосося — 3 недели. Сельдь коптится 1 день, тем более если она была до этого хорошо просолена. Перед копчением необходимо удалить из рыбы икру и молоки, если они имеются. При горячей

обработке они придают рыбе горьковатый вкус.

Чтобы во время копчения рыба случайно не сорвалась и не упала на дно коптильной камеры, ее необходимо прочно закрепить. Но если это все же произошло, то упавшую рыбу надо вовремя удалить.

Уже закопченные продукты можно хранить в ящике, специально оборудованном для этих целей. Он должен быть крепким и без трещин. Прежде чем укладывать копченую рыбу в ящик, его следует насухо вытереть. На дно ящика следует насыпать чистую просеянную золу слоем в 2–3 см. На нее уложить копченую рыбу, причем каждый слой необходимо также пересыпать золой. Вместо золы можно использовать стружку или опилки из лиственных пород деревьев.

Особенно хорошо использовать можжевеловые опилки.

Различные специи и приправы также позволят продлить срок годности копченого продукта. Посыпать ими рыбу нужно перед копчением.

В таком состоянии копченые продукты сохраняются достаточно долго. Хорошо подготовленный и защищенный ящик позволит предотвратить проникновение в него различных насекомых, а также ограничить доступ воздуха.

Хранить ящик лучше не в погребе, а в сухом прохладном помещении с вентиляцией.

# Горячее копчение

При горячем копчении рыба подвергается воздействию горячего дыма. В результате получается варено-копчено-печеный продукт со специфическим аппетитным ароматом.

Коптильню можно устроить на обрывистом берегу или в овраге. Для этого можно использовать камни, куски дерна или просто землю.

Длина и ширина коптильни будут зависеть от количества дров для получения углей и пойманной рыбы. Угли нужны те же, что и для копчения дичи. Сначала нажигают угли, поверх них набрасывают щепки, опилки и маленькие веточки лиственных деревьев без листьев. От березы копченая рыба приобретает золотистый оттенок, а от ольхи становится более темной, но с более насыщенным вкусом.

Развешивать рыбу для копчения в камере или раскладывать ее там нужно не слишком плотно, чтобы дым равномерно распространялся вокруг тушек и обрабатывал их со всех сторон.

Периодически нужно проверять состояние рыбы и при необходимости переворачивать ее. Загорающиеся ветки нужно опрыскивать водой, время от времени добавляя в костер свежие ветки, а при необходимости даже слегка раздувать затухающие угли. Дым всегда должен оставаться густым, с ровной высокой температурой, но необходимо следить, чтобы рыба не обжарилась при этом, а прутья не перегорели.

Самым сложным является именно умение отрегулировать необходимую температуру дыма и затем постоянно поддерживать ее на одном уровне.

Если крупная рыба коптится целиком, то брюшную полость нужно развернуть или вставить туда щепку-распорку. Можно разрезать очень крупную рыбу на 2 половинки вдоль хребта. Если во время копчения крупную рыбу планируется подвешивать на крюки или прутки, ее необходимо предварительно перевязать шпагатом, чтобы в процессе обработки она не развалилась. Если же рыбу коптить, разложив на прутках, то шпагат не нужен. Готовность рыбы можно определить по внешнему виду, запаху и вкусу, аккуратно отделив ножом от тушки маленький кусочек.

Можно спланировать копчение мелкой рыбы следующим образом. Если рыба была поймана ближе к вечеру, ее нужно обработать, засолить, подготовить угли и затем загрузить рыбу в коптильню, рассчитав работу костра на всю ночь и периодически проверяя его состояние. На следующее утро проверить снова, а к вечеру рыба будет уже готова.

Существует очень простой способ копчения рыбы: выкопать яму глубиной 40–50 см, разжечь в ней костер, когда образуются угли, уложить на них рядком небольшие бревнышки или ветки (диаметром 5–8 см) сырой ольхи.

Перед укладкой поленьев на угли в угол ямы надо вставить кол диаметром 5–8 см, после укладки дерна этот кол нужно вынуть, чтобы получилось отверстие, через которое будет осуществляться тяга. Сверху на бревнышки следует насыпать слой листвы ольхи и на него уложить подготовленную рыбу. Затем тушки рыбы нужно накрыть слоем той же листвы, а сверху — дерном. Через 3–4 часа рыба будет готова.

В специальной коптильне, купленной в магазине, также можно очень быстро приготовить копченую рыбу, например фаршированного карпа. Для этого, собираясь на рыбалку, нужно взять с собой коптильню, небольшой запас дубовых поленьев, свежую капусту, репчатый лук, перец, соль и майонез. Карпы должны быть весом 500–1000 г. Пойманных карпов нужно почистить и выпотрошить. Капусту мелко нашинковать, смешать с нарезанным луком и майонезом, посолить и поперчить. Начинить полученной массой карпов, поместить в подготовленную коптильню. Через 20 минут фаршированный копченый карп будет готов.

Продолжительность копчения рыбы будет зависеть от конструкции коптильни. И определить это время можно лишь опытным путем, причем навыки приобретаются очень быстро. Уже после 2–3 попыток придут умение и нужное мастерство.

В зависимости от размеров рыбы, ее количества и эффективности коптильни продолжительность копчения в среднем может продолжаться от 10–15 минут до 1 часа.

# Холодное копчение

При холодном копчении рыба подвергается обработке холодным дымом. Если рыба будет коптиться в подвешенном состоянии, ее обязательно нужно перевязать шпагатом, так как она может развалиться. Тем более что холодное копчение длится несколько недель, в отличие от горячего.

При этом способе копчения также требуется поддерживать ровный режим дымообразования, только в этом случае температура дыма не должна превышать 25 °С. Насыщенный дым должен поступать в коптильню постоянно. Тяга должна быть такой, чтобы угли не гасли, но не слишком сильной, иначе костер воспламенится, и рыба будет безнадежно испорчена. Если угли совсем прогорели, нужно перекрыть дымоход, заново разжечь костер и, когда он ослабнет до нужного состояния, возобновить копчение. Если угли высохнут или возникнет небольшое возгорание, можно подкинуть в костер немного сыроватых веток, чтобы «задушить» пламя, или же сбрызнуть костер водой. В коптильне должен стоять густой, чуть теплый дым.

Основные требовании при холодном копчении:

— опилки должны тлеть, а не гореть, иначе это будет горячее копчение, и рыба развалится и получится невкусной;

— расстояние от места горения до рыбы в коптильне не должно превышать 1 м, в противном случае продукт также будет испорчен;

— постоянно нужно следить за процессом копчения, чтобы опилки не загорелись, иначе получится жарено-копченая рыба;

— лучше использовать опилки фруктово-плодовых деревьев, особенно приятный запах дают вишневые опилки.

В походных условиях можно использовать очень простую коптильню. Для нее потребуются лист кровельного железа, старый дырявый эмалированный бак и несколько стальных прутков, которые можно найти на любой стройплощадке. Все это можно взять с собой на рыбалку. В дне бака необходимо проделать несколько дополнительных отверстий.

Из арматуры нужно отрезать три стойки, по длине бака. Также нужно сделать несколько колец по диаметру бака, их количество будет зависеть от объема бака. Затем кольца нужно приварить к стойкам и на них сделать решетку из тонкой стальной проволоки (можно использовать струны), как на ракетке для бадминтона. Все это можно сделать дома, а затем, отправляясь на рыбалку, взять с собой.

Уже на месте нужно вырыть яму для костра. В ней

нажигаются угли. Из подручных материалов нужно соорудить кострище, чтобы потом над ним можно было расположить лист железа. Свежепойманную рыбу надо почистить, выпотрошить, пересыпать солью, оставить на 30 минут. Затем очистить от остатков соли, разложить на решетках. На раскаленный лист железа положить щепотку опилок, стружек ольхи, березы, дуба и т. д. Сверху нужно быстро поставить конструкцию с рыбой и накрыть ее баком. Щели между листом железа и краями бака можно присыпать землей.

Как только из отверстий в дне бака появится дымок, можно начинать отсчет времени. Мелкая рыба (карась и т. п.) будет готова уже через 15–20 минут.

Эта коптильня хороша тем, что ее устройство не требует больших усилий и ее не жалко будет припрятать в месте постоянной рыбалки, чтобы не возить с собой постоянно.

Если соленая рыба предварительно вялилась, коптить ее холодным способом можно в течение 1–6 суток в зависимости от размера рыбы.

Когда будет коптиться щука, вначале ее нужно выдержать 3 дня в рассоле, затем разрезать вдоль спинки и вынуть спинную кость.

После этого рыбу нужно растянуть на палочках и, натерев солью с небольшим количеством селитры, закоптить.

Процесс холодной обработки может занять 8–12 дней в зависимости от величины рыбы.

После копчения щуку нужно еще оставить ненадолго на воздухе для сушки.

Конечно, холодное копчение — процесс довольно сложный и длительный, и освоить его можно лишь на собственном опыте. Возможно, с первого раза не получится достичь желаемого результата и получить первоклассный копченый продукт, но всегда нужно с чего-то начинать. Лишь путем проб и ошибок можно добиться мастерства.

# Рыба на костре

Во время рыбалки можно приготовить рыбу прямо на костре на вертеле, сделать рыбный шашлык, запечь ее в глине или в фольге. Запекать рыбу нужно в земле под костром или в горячих углях.

Существует множество рецептов таких блюд.

Ниже предлагаются лишь основные варианты, на основе которых можно придумывать свои собственные.

# Караси, жаренные на вертеле

**Ингредиенты:**

1 кг карасей, 120 мл растительного масла, 200 г репчатого лука, 100 г панировочных сухарей, 100 г зелени петрушки и укропа, перец, соль.

**Способ приготовления:**

Подготовленные тушки рыбы вытереть насухо, натереть солью и перцем. Репчатый лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Рыбу обвалять в панировочных сухарях, нанизать на шпажки, перемежая с кольцами лука, и обжарить над раскаленными углями со всех сторон, периодически поливая растительным маслом. Зелень укропа и петрушки промыть и нарезать. Когда рыба хорошо обжарится, ее можно переложить на тарелки и посыпать измельченной зеленью.

# Рыба, фаршированная грибами на вертеле

**Ингредиенты:**

1 кг средней рыбы (любой), 500 г шампиньонов или белых грибов, 200 г репчатого лука, 100 г сливочного масла, перец, соль.

**Способ приготовления:**

Выпотрошенные тушки рыбы обсушить, натереть смесью из соли и перца. Репчатый лук очистить, вымыть, нарезать кольцами. Шампиньоны или белые грибы промыть, нарезать, посолить и поперчить, смешать с половиной лука. Начинить рыбу фаршем из грибов и лука, зашить, аккуратно насадить на вертел вперемежку с кольцами лука, жарить над раскаленными углями до готовности.

Периодически фаршированную рыбу нужно поливать растопленным сливочным маслом.

# Караси в глине

**Ингредиенты:**

1 кг карасей, перец, соль.

**Способ приготовления:**

Подготовленные тушки рыбы с чешуей тщательно промыть, вытереть насухо, натереть солью и перцем. Найти подходящую глину и обмазать ею рыбу, тщательно забивая глину под чешую. Слой глины должен иметь толщину 1 см. Закопать рыбу в землю под раскаленными углями на глубину 20 см. Через 20–30 минут рыба будет готова. Слой глины будет очень легко снять, при этом вместе с ним будет отделяться и чешуя.

# Рыба, запеченная с картошкой

**Ингредиенты:**

1 кг мелкой рыбы (любой), 50 г сливочного масла, 100 г сыра (любого), 400 г картофеля, 100 г зелени укропа и петрушки, перец, соль.

**Способ приготовления:**

Зелень укропа и петрушки промыть, нарезать.

Подготовленные тушки рыбы натереть солью и перцем, обмазать сливочным маслом, завернуть в фольгу и закопать в горячие угли. Картофель вымыть, обсушить, не счищая кожуры, закопать также в угли. Через 20–30 минут рыба и картофель будут готовы.

Рыбу освободить от фольги и посыпать нарезанной зеленью укропа и петрушки. Картофель очистить, гарнировать им рыбу.

# Скумбрия в фольге

**Ингредиенты:**

600 г мелкой скумбрии, 100 г лимона, 100 г зелени укропа, 100 г репчатого лука, 50 мл растительного масла, перец, соль.

**Способ приготовления:**

Зелень укропа промыть и мелко нарезать. Репчатый лук очистить, вымыть и мелко нарезать. Из лимона выжать сок.

Подготовленные тушки скумбрии посолить, поперчить, положить на лист фольги, сбрызнуть лимонным соком, обсыпать укропом, луком и полить растительным маслом. Затем плотно завернуть в фольгу, не допуская разрывов и щелей, перевязать шпагатом и закопать в горячие угли.

Через 25–30 минут блюдо будет готово.

# Вторые блюда

# Рыба по-египетски

**Ингредиенты:**

200 г рыбы (трески или камбалы), 50 г растительного масла, 25 г миндаля или других орехов, 15 г изюма, 100 г помидоров, молотый красный перец, соль.

**Способ приготовления:**

Рыбу почистить, сделать наискось надрезы, натереть солью и перцем, положить в сотейник, залить растительным маслом и жарить в духовом шкафу при умеренной температуре, время от времени поливая маслом. Орехи и изюм слегка обжарить в масле, добавить томаты и тушить, пока томаты не распарятся. Протереть через сито и проварить до загустения массы.

Перед подачей рыбу, уложенную на блюде, залить полученным соусом.

# Рыба с сельдереем по-бельгийски

**Ингредиенты:**

200 г рыбы (угря, карпа, щуки), 20 г сельдерея, 20 г сливочного масла, 5 г зелени (любой), 20 г сухарей, черный молотый перец, соль.

**Способ приготовления:**

Мелко нарезанный сельдерей поместить на дно смазанной сливочным маслом алюминиевой кастрюли, поверх сельдерея — нарезанную на куски рыбу, залить водой так, чтобы она только покрывала рыбу, приправить солью, перцем, сливочным маслом.

Добавить пучок зелени, довести до кипения и варить при слабом кипении до готовности.

Затем вынуть зелень, бульон сгустить толчеными сухарями до консистенции не очень густого соуса.

Подать очень горячим с черным хлебом и сливочным маслом.

# Судак, жаренный в тесте

**Ингредиенты:**

1 кг судака, 100 мл растительного масла, перец, соль.

Для теста:

200 г муки, 2 яйца, 200 мл молока, соль.

**Способ приготовления:**

Из муки, молока и яичных желтков приготовить тесто, посолить и тщательно перемешать. Подготовленные тушки рыбы посолить, поперчить и обжарить над углями до золотистой корочки, поливая время от времени растительным маслом. Затем рыбу обмакнуть в тесто, завернуть в фольгу и закопать в горячие угли.

Через 15–20 минут рыба будет готова.

# Пескари, фаршированные клюквой

**Ингредиенты:**

1 кг пескарей, 500 г клюквы, сахар, перец, соль.

**Способ приготовления:**

Рыбу почистить, выпотрошить, промыть и обсушить. Клюкву промыть и смешать с солью, сахаром и перцем. Начинить пескарей клюквой, зашить и завернуть в фольгу. Закопать рыбу в горячие угли и оставить на 20–30 минут. Готовую рыбу освободить от фольги, удалить нитки и переложить на блюдо, вынуть начинку и нарезать филе кусками.

# Закуска из рыбы с помидорами

**Ингредиенты:**

200 г рыбы (любой), 100 г помидоров, 30 г растительного масла, 1 зубчик чеснока, 20 г муки, 10 г тертого сыра (любого), 30 г лимона, 20 г зелени (любой), сахар, специи (любые), соль.

**Способ приготовления:**

Рыбу, разделанную на филе без кожи, нарезать кусочками (по 40–50 г), посыпать солью, перцем, обвалять в муке и обжарить на масле до золотистой корочки. Помидоры нарезать дольками, слегка обжарить на растительном масле, залить бульоном или водой и тушить до полного размягчения.

Готовые помидоры протереть, заправить солью, соком лимона, перцем и чесноком.

На порционную сковороду выложить 2 кусочка жареной рыбы, залить протертой помидорной массой, посыпать тертым сыром и запечь в духовом шкафу.

При подаче закуску украсить ломтиками лимона и посыпать мелко нарезанной зеленью.

# Рыба, запеченная с помидорами

**Ингредиенты:**

200 г рыбы (любой), 100 г помидоров, 20 г муки, 20 г сметаны, 20 г майонеза, 10 г тертого сыра (любого), 20 г маргарина.

**Способ приготовления:**

Филе рыбы без кожи нарезать кусочками, посыпать солью, перцем, запанировать в муке и обжарить на масле.

Порционную сковороду смазать маргарином, в центр положить кусочки рыбы, а на них — ломтики обжаренных помидоров, залить сметаной, смешанной с майонезом, посыпать тертым сыром, сбрызнуть растопленным маслом и запечь в духовом шкафу.

# Рыба, запеченная с сыром

**Ингредиенты:**

300 г рыбы (любой), 50 г тертого сыра (любого), 40 г сметаны или майонеза, 50 г репчатого лука, 40 г сливочного масла, зелень (любая).

**Способ приготовления:**

Кусочки филе рыбы посыпать солью, перцем и обжарить на сливочном масле. Репчатый лук нарезать кубиками и также обжарить на сливочном масле.

На порционную сковороду, смазанную маслом, выложить кусочки рыбы, на них — обжаренный лук, все равномерно залить смесью сметаны, майонеза и тертого сыра, в которую по желанию можно добавить немного сахара, и запечь в духовке.

При подаче рыбу украсить веточками зелени.

# Рыба, запеченная с грибами

**Ингредиенты:**

300 г рыбного филе (любого), 25 г сливочного масла, 2 яйца, 50 мл молока, 20 г репчатого лука, 10 г тертого сыра (любого), 30 г помидоров, специи (любые), соль.

**Способ приготовления:**

Филе рыбы нарезать кусочками и припустить.

Репчатый лук нашинковать соломкой и обжарить на сливочном масле.

Шампиньоны обработать, отварить, после чего нарезать ломтиками.

Кокотницы смазать маслом, на треть заполнить нарезанной кусочками припущенной рыбы, сверху выложить лук, на него — слой шампиньонов.

Все залить молочным соусом, посыпать тертым сыром, сбрызнуть растопленным маслом и запечь в духовом шкафу.

При подаче на стол запеченную рыбу посыпать мелко нарезанной зеленью.

# Рыба, запеченная с кабачками или баклажанами

**Ингредиенты:**

300 г рыбы (любой), 50 г кабачков, 50 г баклажанов, 25 г муки, 40 г растительного масла, 2 зубчика чеснока, 50 г майонеза, 50 г сметаны, 15 г тертого сыра (любого), 10 г сливочного масла, зелень (любая).

**Способ приготовления:**

Рыбу разделать на филе, нарезать небольшими кусочками по 30–40 г, посыпать солью, перцем, запанировать в муке и обжарить с обеих сторон. Кабачки, нарезанные кружочками, посыпать солью, запанировать в муке и обжарить до золотистой корочки.

Кружочки баклажанов обдать горячей водой, а затем подготовить так же, как и кабачки.

На порционную сковороду, смазанную маслом, выложить кусочки рыбы, на них — кабачки, посыпать нарубленным чесноком, залить майонезом, смешанным со сметаной, посыпать тертым сыром и запечь в духовом шкафу.

При подаче на стол закуску посыпать мелко нарезанной зеленью укропа или петрушки.

# Отварная рыба под сметанным соусом

**Ингредиенты:**

2 кг рыбы (любой), 150 г моркови, 2 корня петрушки, 150 г репчатого лука, 2 лавровых листа, 7 горошин черного перца, соль.

**Способ приготовления:**

Очищенную рыбу нарезать порциями, посолить. Оставить на 2–3 часа. Овощи залить 3 л холодной воды, посолить, добавить перец, лавровый лист и варить на слабом огне 30 минут, не накрывая кастрюлю крышкой. Затем опустить рыбу, предварительно ополоснув ее водой. Через 20–25 минут осторожно вынуть и положить на блюдо, накрыть. Перед подачей на стол подогреть, полить сметанным соусом и посыпать петрушкой.

# Жареная рыба под соусом

**Ингредиенты:**

2,5 кг рыбы (любой), 500 г белого соуса с рассолом, растительное масло, петрушка.

**Способ приготовления:**

Очищенную рыбу вымыть, разделить на порции, посолить и оставить на 2 часа. Порции обсушить, обжарить в растительном масле, сложить в кастрюлю и поставить в духовку на 15–20 минут. Перед подачей на стол жареную рыбу выложить на овальное блюдо, полить белым соусом с рассолом и посыпать зеленью петрушки.

# Ставрида, тушенная в масле

**Ингредиенты:**

1 кг ставриды, 2 головки репчатого лука, 3–4 ст. л. подсолнечного масла, 1 ст. л. 3 %-ного уксуса, по 3 горошины черного и душистого перца, соль по вкусу.

**Способ приготовления:**

Рыбу разделать на тушки без головы, порезать на кусочки, положить в неглубокую кастрюлю, добавить измельченный лук, масло, уксус, перец, соль, закрыть крышкой, тушить при слабом нагреве 40 минут.

На гарнир можно подать огурцы и салат, припущенные в сметане, икру из моркови.

# Пристипома, тушенная в молоке

**Ингредиенты:**

800 г пристипомы, 1 стакан молока, 3–4 ст. ложки сливочного масла, соль по вкусу.

**Способ приготовления:**

Рыбу разделать на тушки без головы, порезать на кусочки, положить в кастрюлю, залить молоком, добавить масло (1/2 нормы) и тушить, закрыв крышкой, на слабом огне 30–40 минут. Подать с овощами в молочном соусе.

Полить рыбу растопленным маслом.

# Мерлуза, тушенная с картофелем

**Ингредиенты:**

800 г мерлузы, 100 г шпика, 2 головки репчатого лука, 6 картофелин, 1 стакан рыбного бульона, 3 ст. л. сливочного масла или маргарина, 2 ст. л. мелко нарезанного зеленого лука, 1 ч. л. мелко нарезанной зелени петрушки, молотый черный перец, соль.

**Способ приготовления:**

Рыбу разделать на тушки без головы, порезать на кусочки.

Шпик нарезать ломтиками, поджарить до получения светлых прозрачных шкварок, добавить кружочки репчатого лука, нарезанный кружочками сырой картофель, посолить, добавить зеленый лук, рыбный бульон.

Тушить, закрыв крышкой, в течение 10 минут.

Затем положить подготовленную рыбу, посыпав ее перцем и солью и продолжать тушить еще 15–20 минут.

При подаче посыпать блюдо зеленью.

# Минтай, тушенный с копченой грудинкой

**Ингредиенты:**

800 г спинки минтая, 150 г копченой грудинки (корейки), 2 головки репчатого лука, 0,5 л молока, 1 ст. ложка муки, молотый черный перец, 2 ст. л. мелко нарезанного зеленого лука, 1 ч. л. мелко нарезанной зелени петрушки или укропа, соль.

**Способ приготовления:**

Тушки рыбы посыпать перцем, солью, зеленью укропа. Копченую грудинку нарезать кубиками, обжарить, добавить нарезанный репчатый лук и слегка обжарить. В жаровню положить поджаренную с луком грудинку, рыбу, сверху — оставшуюся грудинку с луком и залить молоком, в котором размешана мука, добавить зеленый лук и тушить, закрыв жаровню крышкой, при слабом нагреве или в жарочном шкафу 20–30 минут.

Подать, посыпав зеленью, с отварным картофелем, овощами, рассыпчатым рисом. Можно добавить свежие или соленые помидоры, огурцы, украсить зеленым салатом.

# Пикша, припущенная в томатном соусе

**Ингредиенты:**

700–800 г пикши, 1,5 стакана томатного соуса, 1 лавровый лист, по 3–4 горошины душистого и черного перца, соль по вкусу.

**Способ приготовления:**

Кусочки рыбы с кожей без костей припустить с добавлением специй при слабом кипении в течение 12–15 минут.

При подаче рыбу положить на тарелку, полить горячим соусом.

На гарнир подать отварные грибы, украсить блюдо кружочками очищенного лимона и небольшими веточками зелени.

# Печеная фаршированная рыба

**Ингредиенты:**

2,5 кг рыбы (любой), 200 г булки, 5 яиц, 2 луковицы, 50 г сливочного масла, 500 г помидоров, 1 корень хрена, растительное масло, петрушка, перец, соль.

**Способ приготовления:**

Очищенную и выпотрошенную рыбу вымыть, надрезать хребтовую кость возле головы и хвоста, осторожно вынуть хребет так, чтобы осталась голова с кожей и тонким слоем мяса. Рыбное филе и потушенный в масле лук пропустить через мясорубку, добавить замоченную в молоке и отжатую булку, 3 яйца (белки предварительно взбить), перец, соль и хорошо перемешать до образования однородной пышной массы.

Приготовленным фаршем заполнить тушки, зашить, положить на смазанный жиром противень, полить растительным маслом и запечь в хорошо разогретой духовке 30–40 минут, часто поливая образовавшимся соком. Если сока мало, можно подлить воду.

Печеную рыбу выложить на блюдо, порезать на порции, украсить дольками сваренных вкрутую яиц, кружочками свежих помидоров или мелкими консервированными помидорами, зеленью петрушки.

Посыпать натертым на крупной терке хреном.

# Фаршированная морская рыба

**Ингредиенты:**

1 кг рыбного филе (без кожи и костей), 1/2 батона пшеничного хлеба, 1 стакан молока или воды (для замачивания хлеба), 1 головка репчатого лука, 2 яйца, 2 дольки чеснока, 1 морковь, 1 свекла, 1/2 корня петрушки, 1–2 лавровых листа, 3–4 горошины душистого перца, соль, молотый черный перец.

**Способ приготовления:**

Для фарширования пригодна любая мясистая рыба, не очень жирная, без мелких и жестких межмышечных костей, с белой мякотью, без резкого специфического запаха, а также филе нежирной рыбы промышленного производства, лучше без темной кожи.

Из океанических рыб для фарширования предпочтительны макрурус, морской налим и окунь, рыба-капитан, путассу, сайда, треска, хек, минтай. Мясо хека и минтая иногда бывает сухим, крошливым, и фарш из них плохо формуется. В этом случае их надо сочетать с морским окунем, треской или другой рыбой с более вязкой мякотью — такой рыбы берут 30–50 % к массе минтая, хека.

Мякоть рыбы с кожей или без кожи (темная кожа с филе обязательно должна быть снята) нарезать на мелкие куски, смешать с небольшими кусочками хлеба, предварительно замоченными в молоке или воде, нарезанным луком и дважды пропустить всю массу через мясорубку.

В фарш добавить остатки жидкости, перец молотый, взбитые яйца, растертый с солью чеснок и все хорошо перемешать.

Готовую массу выложить на смоченные водой листы целлофана или пергамента, закатать в два слоя, придав форму батона и обвязать, если батоны длинные. Толщина батона не должна превышать 10 см.

В посуду, соответствующую форме и размерам батонов, положить нарезанные морковь, петрушку, свеклу, лук, кожу и кости рыбы, перец горошком, соль и залить холодной водой так, чтобы слой ее был на 2–3 см выше продуктов.

Довести воду до кипения, аккуратно опустить в нее батоны с фаршем рыбы, снова довести до кипения, после чего варить при слабом кипении 1,5–2 часа. Воду доливать по мере ее выкипания — холодную!

Готовую рыбу осторожно вынуть, сделать в 3–4 местах проколы в обертке, охладить, положив сверху разделочную доску с небольшим гнетом. Когда рыба полностью охладится, снять

целлофан или пергамент.

Батоны фаршированной рыбы нарезать на куски толщиной 1–1,5 см и положить на блюдо, украсить мелко нарезанной зеленью петрушки, ломтиками лимона.

Подать фаршированную рыбу с соусом «хрен», с красным соусом «хрен», на гарнир — свежие, соленые или маринованные помидоры, огурцы или салат — зеленый, из белокочанной или краснокочанной капусты.

Рыбу можно подавать к столу, полив бульоном, в котором она варилась.

# Фаршированная рыба с чесноком

**Ингредиенты:**

600 г филе сайды, 100 г пшеничного хлеба, 2 головки репчатого лука, 4–5 долек чеснока, 1/2 стакана молока, 2 яйца, 2 ст. л. сливочного масла или маргарина, соль.

**Способ приготовления:**

Пропустить через мясорубку филе рыбы, замоченный в молоке хлеб, репчатый лук и чеснок. В фарш добавить сырые яйца, размягченное сливочное масло или маргарин и перемешать. Из фарша сформовать колбаски и, завернув в пергаментную бумагу, отварить. Охладить и нарезать кружочками. При подаче украсить веточками зелени.

# Рыба с грибным соусом

**Ингредиенты:**

400 г рыбы (любой), 20 г муки, 40 г сливочного масла или маргарина, 400 г сметанного соуса, 120 г грибов (любых), 60 г репчатого лука, 60 г картофеля (отварного), 1 яйцо (сваренное вкрутую), тертый сыр (любой).

**Способ приготовления:**

Любую рыбу очистить, нарезать на куски, обвалять в муке, обжарить.

Отдельно обжарить лук, грибы. На сковороду налить небольшое количество сметанного соуса, положить жареную рыбу, вокруг — нарезанный соломкой картофель. На рыбу положить жареный лук, грибы, нарезанные ломтиками, дольки вареного яйца. Залить сметанным соусом, посыпать тертым сыром, полить маслом и запечь в духовке при температуре 240–260 ˚С.

# Рыба, тушенная в горшочках

**Ингредиенты:**

600 г рыбы (любой), 5 луковиц, 3 стакана молока, растительное масло, лавровый лист, перец, соль.

**Способ приготовления:**

Кусочки рыбного филе (морской окунь, треска, щука, хек и т. д.) обвалять в муке, смешанной с солью, обжарить в растительном масле. Отдельно обжарить лук. Уложить все слоями в глиняные горшочки и залить молоком. Положить специи — лавровый лист, перец горошком, соль.

Тушить на медленном огне до готовности.

Отдельно подать политый растительным маслом и посыпанный рубленой зеленью отварной картофель.

# Рыба, запеченная в форме

**Ингредиенты:**

800 г рыбы (любой), 2 ст. л. сметаны, 1 луковица, 30 г сливочного масла, 3 яйца, 1 ст. л. каперсов, специи (любые).

**Способ приготовления:**

Рыбу отварить, мякоть без костей мелко порубить, добавить сметану, растопленное масло, натертый на терке лук, перец, соль, бульон, оставшийся после отваривания рыбы, слегка взбитые яйца и каперсы. Всю эту массу сложить в приготовленную форму и запечь в духовке.

# Котлеты рыбные с лимоном

**Ингредиенты:**

800 г рыбного филе (любого), 100 г сливочного масла, 2 яйца, 100 г панировочных сухарей, 120 г топленого масла, 250 г хлеба, 1/2 лимона, маринованные фрукты (любые), картофель.

**Способ приготовления:**

Рыбное филе разделить на четыре части, поверх каждой части на середину положить сливочное масло с рубленой зеленью и лимоном и завернуть в виде колбаски. Каждую колбаску обмакнуть в яйцо и обвалять в сухарях.

Колбаски обжарить в большом количестве масла.

Подавать на кусочках хлеба, обжаренного в масле, с жареным картофелем, нарезанным соломкой, маринованными фруктами и лимоном.

Украсить зеленью петрушки, салата.

# Котлеты любительские

**Ингредиенты:**

400 г рыбного филе (любого), 60 г сливочного масла, 60 г сыра (любого твердых сортов), 4 зубчика чеснока, 200 г картофеля, 200 г зеленого горошка.

**Способ приготовления:**

Рыбу очистить от кожи и костей, отбить, посолить и поперчить. На середину каждого порционного кусочка рыбы положить начинку из тертого сыра, сливочного масла, чеснока и рубленой зелени петрушки, завернуть в форме колбаски. Запанировать в муке, яйце и крошке тертого белого хлеба без корок. Обжарить в большом количестве растительного жира.

Подавать с обжаренным кружочками картофелем, зеленым горошком и зеленью петрушки.

# Горячие рыбные буррито

**Ингредиенты:**

12 пшеничных тортилий, 100 г тертого сыра чеддер, гуакамоле, измельченный салат и помидоры (для украшения).

Для начинки:

400 г филе трески или другой твердой белой рыбы, 1 ст. л. оливкового масла, 1 мелко нарубленная луковица (небольшая), 1 мелко нарубленный зеленый перец чили, 1/2 ч. л. молотого перца чили, 0,75 стакана густой сметаны, 1 ч. л. мелко нарубленного кориандра (свежего), перец, соль.

**Способ приготовления:**

Разогрейте плиту до 180 ˚С. Смажьте жиром большое низкое жаропрочное блюдо.

Промойте рыбу холодной водой и обсушите с помощью бумажного полотенца. Положите рыбу в большую сковороду. Налейте воды, посолите и поперчите.

Доведите до кипения, затем уменьшите огонь так, чтобы жидкость только слегка булькала. Закройте крышкой и варите в течение 5–7 минут так, чтобы рыба легко расслаивалась.

Достаньте рыбу, удалите жидкость. Разделайте рыбу, аккуратно удаляя кожу и кости. Положите рыбу в миску. Нагрейте растительное масло в маленькой сковороде и слегка поджарьте лук и перец чили до мягкости. Удалите лишнее масло и положите чеснок и перец чили в рыбу. Добавьте сметану и кориандр, посолите и поперчите. Хорошо перемешайте. Разогрейте каждую тортилью на сухой горячей сковороде в течение 40 секунд, пока она не станет пластичной.

Сложите тортилью вдвое так, чтобы края немного заходили друг за друга.

Сложите часть, которая ближе к вам, относительно центра так, чтобы образовался «карманчик». Заполните его рыбной смесью. Закрепите концы деревянной палочкой для коктейля, затем сложите буррито в жаропрочное блюдо. Начините таким образом все буррито.

Посыпьте тертым сыром, заверните в фольгу, запекайте в течение 30 минут. Удалите деревянные палочки. Украсьте гуакамоле, измельченным салатом и помидорами.

Приготовление гуакамоле:

Два плода авокадо очистить от кожицы и косточек, мякоть размять вилкой, не доводя до консистенции пюре. Добавить сок лимона или лайма. Перемешать с порошком перца чили, раздавленным чесноком и майонезом.

В этот базовый состав гуакамоле можно добавить много всяких ингредиентов по желанию кулинара, например мелко нарезанный бекон, обжаренный до хрустящей корочки и охлажденный. Или же лук, кусочки помидоров и проч. Однако с перцем надо быть поосторожнее, так как сам гуакамоле станет чрезмерно острым.

# Селедочно-птичьи гнезда

**Ингредиенты:**

100 г сельди, 20 г каперсов или соленых огурцов, 2 желтка, 25 г анчоусов, 25 г репчатого лука, 30 г салата.

**Способ приготовления:**

Сельдь вымочить, разделать на чистое филе и мелко порубить вместе с анчоусами, репчатым луком, каперсами или солеными огурцами. Сформовать тефтели. Внутри каждой тефтели положить вареные яичные желтки. Подавать «гнезда» на листьях зеленого салата.

# Котлеты рыбные по-японски

**Ингредиенты:**

120 г рыбного филе (любого), 1 яйцо, 5 г соевого соуса, 10 г растительного масла, 5 г десертного вина, 5 г кукурузной муки, сахар, перец, соль.

**Способ приготовления:**

Рыбное филе пропустить через мясорубку, смешать с кукурузной мукой, яичными желтками, растительным маслом, вином, взбитыми с сахаром белками.

Вылить массу на сковороду с маслом и обжарить до золотистого цвета с обеих сторон. Охладив, разрезать на полоски и подать с зеленым салатом.

# Икра рыб, запеченная под соусом

**Ингредиенты:**

200 г икры, 30 г репчатого лука, 30 г растительного масла, 20 г сливочного масла, 50 г майонеза или майонеза со сметаной, специи (любые), соль.

**Способ приготовления:**

Икру рыб, освобожденную от пленок, обжаривают на растительном масле, но не пересушивают. Затем икру нарезают небольшими кусочками, соединяют с пассерованным репчатым луком, выкладывают в кокотницы, заливают каким-либо соусом и запекают в жарочном шкафу до готовности.

По желанию можно добавить грибы, обжарив их вместе с репчатым луком.

# Икра из сельди

**Ингредиенты:**

20 г сельди (соленой), 15 г манной крупы, 3 г томатной пасты, 15 г растительного масла, 15 г репчатого лука, 1 г уксуса, зелень (любая), перец.

**Способ приготовления:**

Филе сельди отварить и мелко изрубить. На отваре сельди сварить рассыпчатую манную кашу. Заправить ее прожаренным томатом, мелко нарезанным луком, уксусом и перцем, соединить с сельдью.

Массу вымешать и оформить зеленью.

# Икра под маринадом

**Ингредиенты:**

400 г икры, 50 г растительного масла, 300 г готового маринада, 30 г зелени (любой).

Для 1 л маринада:

300 мл воды, 25 г моркови, 25 г петрушки, 25 г репчатого лука, 200 г уксуса, 25 г сахара, 10 г соли, лавровый лист, черный перец горошком.

**Способ приготовления:**

Икру судака, щуки, карпа, налима и других рыб (кроме усача — она ядовита) хорошо промыть, поджарить в духовом шкафу до готовности и охладить.

После этого икру положить в фарфоровую или керамическую посуду, залить маринадом (см. ниже) и выдержать на холоде 3–5 часов.

Подавая к столу, икру положить в салатницу, залить маринадом и посыпать измельченной зеленью петрушки, укропа или зеленым луком.

Для приготовления маринада коренья и лук очистить, нарезать соломкой.

Сложить в сковороду или кастрюлю и слегка потушить, добавив одну столовую ложку растительного масла.

Затем положить пряности, влить воду или рыбный бульон и прокипятить 10–15 минут.

После этого влить уксус, заправить сахаром и солью.

# Бутерброд с икрой

**Ингредиенты:**

1 ломтик хлеба, 40 г сливочного масла, 1 яйцо, зернистая икра, зеленый лук, лимон.

**Способ приготовления:**

Хлеб намазать сливочным маслом, затем сверху по диагонали уложить икру, по сторонам — мелко рубленные вареные яйца. Готовый бутерброд украсить зеленым луком и кружочками лимона.

# Фаршированные яйца с икрой

**Ингредиенты:**

8 яиц, 4 ст. л. красной или черной икры, 1/4 луковицы (небольшой), петрушка, соль.

**Способ приготовления:**

Сварить яйца вкрутую, опустить их в холодную воду и затем очистить. Яйцо разрезать вдоль на половинки, вынуть желтки, протереть их через сито, смешать с икрой, мелко нарезанными луком и зеленью петрушки. Готовой начинкой заполнить половинки белков и украсить зеленью.

# Паштет из щучьей икры

**Ингредиенты:**

150 г щучьей икры, 1/2 яйца, 5 г зелени петрушки и укропа, 15 г молотых сухарей, 0,1 г перца, 2 г анчоусов, 2 г лимонного сока, 60 г картофельного пюре, 20 г маргарина или сливочного масла.

**Способ приготовления:**

Свежую щучью икру обдать кипятком, варить 10 минут, растереть вилкой, смешать с сырым яйцом и заправить солью, перцем, анчоусами, лимонным соком.

Массу поместить в смазанную жиром и обсыпанную сухарями форму, сверху уложить слой картофельного пюре, разложить на нем кусочки маргарина и запечь в жарочном шкафу на среднем огне 30 минут.

# Окунь, тушенный с баклажанами и овощами

**Ингредиенты:**

500–600 г филе морского окуня, 3–4 баклажана, 1 головка репчатого лука, 1–2 стручка сладкого перца, 4 помидора, 4 ст. л. подсолнечного масла, молотый черный перец, соль по вкусу.

**Способ приготовления:**

Баклажаны нарезать кружочками, посыпать солью, оставить на 10–15 минут и, не панируя, пожарить на масле.

Нарезанный кольцами лук пассеровать на масле, в конце пассерования добавить нарезанный соломкой перец.

В неглубокую посуду положить обжаренные баклажаны, небольшие кусочки рыбы, свежие помидоры, нарезанные кружочками, пассерованные лук и перец, посыпать каждый слой солью и перцем, тушить в жарочном шкафу 15–20 минут.

При подаче положить на тарелку рыбу с овощами и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа.

# Креветки с рисом

**Ингредиенты:**

600–700 г креветок, 4 ст. л. сливочного маргарина, 2 головки репчатого лука, 1 стакан риса, 2 ст. ложки тертого сыра, 1 ч. л. мелко рубленой зелени петрушки, 1–1,5 стакана соуса, перец черный, перец красный молотый, соль.

**Способ приготовления:**

Вареные креветки очистить от панциря и нарезать на кусочки, смешать с рубленым обжаренным луком, добавить соль, перец.

Приготовить рассыпчатый рис и смешать его с тертым сыром.

При подаче в тарелку положить рис, сверху положить креветки, полить томатным соусом и посыпать зеленью.

# Котлеты (биточки) рыбные паровые

**Ингредиенты:**

400 г филе трески, хека или сайды, 1/2 стакана молока, 1/2 яйца, 30 г пшеничного хлеба, 2 ч. л. сливочного масла, 1 стакан молочного соуса.

**Способ приготовления:**

Филе рыбы пропустить через мясорубку, смешать с замоченным в молоке и отжатым хлебом, вторично пропустить через мясорубку. В фарш добавить масло, соль, молоко, оставшееся после замачивания хлеба, и яйцо.

Массу хорошо выбить и разделать в виде котлет или биточков, затем отварить их в паровой кастрюле. При подаче к столу полить растопленным маслом и соусом.

# Мидии, тушенные с капустой

**Ингредиенты:**

250–300 г вареных мидий, 3 ст. ложки растительного масла, 1 кг свежей или квашеной капусты, 2 ст. ложки томатной пасты, 1/2 головки репчатого лука, 1/2 морковки, 1 ст. ложка 3 %-ного уксуса, по 1 ст. ложке сахарного песка и муки, 5–6 горошин черного перца, соль по вкусу, 1 ч. л. мелко нарезанной зелени петрушки.

**Способ приготовления:**

Мидии после припускания нарезать соломкой и обжарить на жире вместе с нарезанным соломкой луком.

Свежую капусту нарезать соломкой, положить в кастрюлю, добавить воду (1/2 стакана), уксус, томатную пасту, специи и нарезанные соломкой предварительно обжаренные морковь и лук и тушить до готовности. Затем положить соль, сахар, слегка обжаренную муку, разведенную водой, хорошо перемешать и довести до готовности.

За 10–15 минут до окончания тушения добавить жареные мидии, соль, перец, сахар.

При подаче посыпать блюдо зеленью.

Если использовать квашеную капусту, то ее надо промыть, отжать и тушить без добавления уксуса.

# Холодные закуски

# Закуска из сельди с луком

**Ингредиенты:**

2 сельди (соленые), 2 красные луковицы, 1 пучок укропа, 1 пучок петрушки, 1 ст. л. растительного масла, 1 ст. л. лимонного сока.

**Способ приготовления:**

Сельдь разделать на филе без кожи и костей, нарезать наискосок ломтиками. Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами, выложить в дуршлаг, обдать кипятком и остудить. Зелень укропа и петрушки вымыть, мелко нарезать.

Кусочки сельди выложить на тарелку, посыпать зеленью, сверху положить кольца лука. Полить закуску растительным маслом, смешанным с лимонным соком, и подать к столу.

# Закуска из сельди со сметаной и зеленью

**Ингредиенты:**

500 г филе соленой сельди, 150 г сметаны, 2 луковицы, 1 пучок укропа, 2–3 клубня картофеля (вареного), 1 пучок зеленого салата.

**Способ приготовления:**

Картофель очистить, нарезать кружочками.

Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Зелень укропа и листья салата вымыть и нарубить. Филе сельди нарезать кусочками.

Кружочки картофеля выложить на блюдо, выстланное листьями салата, сверху положить кусочки сельди и кольца лука. Полить закуску сметаной, посыпать укропом и подать к столу.

# Сельдь по-русски

**Ингредиенты:**

500 г филе сельди (соленой), 2 луковицы, 1 огурец, 1 помидор, 2 ст. л. горчицы, 2 ст. л. 3 %-ного уксуса, 1 пучок укропа, 1 пучок петрушки.

**Способ приготовления:**

Огурец и помидор вымыть, нарезать кружочками. Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Зелень укропа и петрушки вымыть, нарубить. Филе сельди промыть холодной водой и мелко нарезать.

Для приготовления заправки смешать горчицу и уксус.

Филе сельди выложить на блюдо, сверху положить кольца лука, залить заправкой и дать настояться в течение 20 минут. Затем украсить закуску кружочками огурца и помидора, посыпать зеленью и подать к столу.

# Яйца, фаршированные сельдью

**Ингредиенты:**

10 яиц (сваренных вкрутую), 300 г филе сельди (соленой), 2 ст. л. горчицы, 100 г сливочного масла, 1 морковка (вареная), 1 пучок укропа, 1 луковица (небольшая).

**Способ приготовления:**

Филе сельди мелко нарезать. Зелень укропа вымыть, нарубить (несколько веточек отложить для украшения). Морковь очистить и нарезать кружочками.

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать.

Яйца очистить, разрезать пополам, вынуть желток и растереть его с филе сельди, горчицей и сливочным маслом.

Добавить лук и укроп, тщательно перемешать.

Полученной массой наполнить половинки яичных белков, выложить их на блюдо.

Закуску украсить веточками укропа, кружочками моркови и подать к столу.

# Закуска из копченой сельди с овощами

**Ингредиенты:**

400 г филе сельди (копченой), 1 свекла, 2–3 картофелины, 1 соленый огурец, 1 морковка, 2 ст. л. консервированного зеленого горошка, 2 ст. л. измельченной зелени петрушки и укропа, соль.

**Способ приготовления:**

Свеклу, картофель и морковь вымыть, отварить в подсоленной воде, охладить, очистить и нарезать соломкой. Соленый огурец нарезать соломкой.

Филе сельди нарезать небольшими ломтиками, смешать со свеклой, картофелем и морковью, выложить на блюдо, посыпать зеленью петрушки и укропа.

Украсить закуску зеленым горошком, дольками огурца и подать к столу.

# Рулетики из сельди с зеленью

**Ингредиенты:**

500 г филе сельди (соленой), 1 лимон, 1 пучок зеленого салата, 1 пучок укропа, 1 пучок петрушки, 2–3 помидора, соль.

**Способ приготовления:**

Лимон вымыть, разрезать пополам, из одной половинки выжать сок, вторую нарезать ломтиками.

Листья салата вымыть. Помидоры вымыть, нарезать кружочками, посолить.

Зелень укропа и петрушки вымыть, мелко нарезать.

Филе сельди нарезать полосками шириной 1 см, сбрызнуть лимонным соком, посыпать зеленью.

Каждую полоску свернуть в виде рулета и закрепить декоративной шпажкой.

Выложить рулетики на блюдо, выстланное листьями салата.

Оформить кружочками помидоров и ломтиками лимона и подать к столу.

# Закуска из сельди с орехами

**Ингредиенты:**

350 г филе сельди (соленой), 100 мл молока, 2–3 ломтика черствого батона, 1–2 яблока, 1 луковица, 3–4 ст. л. измельченных ядер грецких орехов, 2 яйца (сваренных вкрутую), 3 ст. л. майонеза, 1 пучок укропа, 1 пучок петрушки.

**Способ приготовления:**

Батон размочить в молоке. Зелень укропа и петрушки вымыть.

Лук очистить, вымыть и мелко нарезать.

Яблоки вымыть, очистить, удалить сердцевину и нарезать соломкой.

Яйца очистить и нарубить.

Филе сельди пропустить через мясорубку вместе с батоном и орехами, перемешать с яйцами, яблоками и луком, выложить в салатник.

Закуску полить майонезом, украсить веточками петрушки и укропа и подать к столу.

# Закуска из сельди с картофелем и горошком

**Ингредиенты:**

500 г филе сельди (соленой), 150 г консервированного зеленого горошка, 3–4 картофелины, 2–3 луковицы, 3–4 ст. л. растительного масла, 1 ч. л. 3 %-ного уксуса, 1 ч. л. горчицы, 1 пучок укропа, 1 пучок петрушки.

**Способ приготовления:**

Картофель вымыть, отварить, очистить и нарезать кубиками. Лук очистить, вымыть и нарубить.

Для приготовления заправки смешать растительное масло, горчицу и уксус.

Зелень укропа и петрушки вымыть.

Филе сельди нарезать небольшими кусочками, смешать с консервированным зеленым горошком, картофелем и луком.

Выложить на блюдо, полить соусом, украсить веточками укропа и петрушки и подать к столу.

# Закуска из сельди с картофельным пюре

**Ингредиенты:**

500 г филе сельди (соленой), 500 г картофельного пюре, 2 помидора, 1 огурец, 1 пучок зеленого салата, 4 ст. л. панировочных сухарей, 2–3 ст. л. рубленой зелени укропа и петрушки, 1 ч. л. паприки.

**Способ приготовления:**

Филе сельди нарезать небольшими ломтиками.

Листья салата вымыть, обсушить. Помидоры и огурец вымыть, нарезать кружочками.

Из картофельного пюре сформовать небольшие шарики, положить в середину каждого по кусочку филе сельди.

Часть шариков обвалять в смеси панировочных сухарей и паприки, оставшиеся — в рубленой зелени.

Выложить закуску на листья салата, оформить кружочками помидоров и огурцов и подать к столу.

# Острая закуска из сельди

**Ингредиенты:**

300 г филе сельди (соленой), 2–3 ст. л. сметаны, 1 луковица, 2–3 стручка маринованного острого перца, 2 яблока, 1/2 пучка укропа, 1/2 петрушки, 1/2 чайной ложки красного молотого перца.

**Способ приготовления:**

Зелень укропа и петрушки вымыть.

Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами.

Яблоки вымыть, очистить, удалить сердцевину и натереть на крупной терке.

Филе сельди нарезать небольшими кусочками и выложить в селедочницу, сверху положить лук и тертые яблоки.

Сельдь полить сметаной, посыпать перцем.

Украсить закуску стручками маринованного перца и веточками зелени и подать к столу.

# Рулетики с начинкой из сельди

**Ингредиенты:**

300 г филе сельди (малосольной), 100 г сливочного масла, 2 помидора, 1 луковица, 1 пучок укропа, 1 пучок петрушки, 2–3 листа тонкого лаваша, перец.

**Способ приготовления:**

Лук очистить, вымыть, нарубить. Зелень укропа и петрушки вымыть, нарубить (несколько веточек отложить для украшения).

Помидоры вымыть, нарезать кружочками.

Филе сельди пропустить через мясорубку, добавить размягченное сливочное масло, зелень и лук, поперчить, перемешать.

Приготовленной смесью смазать лаваш, свернуть в виде рулета, завернуть в пищевую пленку и положить на 30 минут в холодильник. По истечении указанного времени нарезать рулет порционными кусочками, выложить на блюдо.

Украсить закуску кружочками помидоров и веточками зелени и подать к столу.

# Закуска из копченой скумбрии и молодого картофеля

**Ингредиенты:**

400 г филе скумбрии (копченой), 8 картофелин (молодых), 3 огурца, 3 помидора, 3 яйца (сваренных вкрутую), 1 пучок зеленого салата, 200 г сметаны, 2 ст. л. измельченной зелени петрушки и укропа, перец, соль.

**Способ приготовления:**

Картофель вымыть, отварить в подсоленной воде, очистить и разрезать на две — четыре части. Огурцы и помидоры вымыть и нарезать кружочками.

Яйца очистить и нарубить. Зеленый салат вымыть.

Филе копченой скумбрии нарезать ломтиками средней величины, смешать с картофелем, выложить горкой на блюдо, выстланное листьями салата.

Посыпать скумбрию и картофель рубленными яйцами и зеленью, поперчить, полить сметаной.

Украсить закуску кружочками огурцов и помидоров и подать к столу.

# Закуска из малосольной скумбрии и помидоров

**Ингредиенты:**

500 г скумбрии (малосольной), 3–4 помидора, 2–3 огурца, 2 луковицы, 50 мл растительного масла, 1 ст. л. измельченной зелени петрушки.

**Способ приготовления:**

Малосольную скумбрию разделать на куски филе без кожи.

Помидоры вымыть, обдать кипятком, очистить от кожицы и мелко нарезать.

Огурцы вымыть и нарезать дольками. Лук очистить, вымыть и нарубить.

Филе скумбрии мелко нарезать, смешать с помидорами, выложить на блюдо, посыпать петрушкой.

Украсить закуску дольками огурцов, полить растительным маслом и подать к столу.

# Закуска из скумбрии и шпика

**Ингредиенты:**

300 г филе скумбрии (соленой), 50 г копченого шпика, 2 луковицы, 1 ст. л. 3 %-ного уксуса, 1 ч. л. горчицы, 3 ст. л. растительного масла, 1 пучок укропа, 1 пучок петрушки.

**Способ приготовления:**

Лук очистить, вымыть, крупно нарезать. Зелень укропа и петрушки вымыть, мелко нарезать (несколько веточек отложить для украшения). Филе скумбрии пропустить через мясорубку вместе с луком и шпиком, добавить укроп, петрушку, уксус, горчицу, растительное масло и перемешать.

Полученную смесь выложить в салатник, украсить веточками зелени и подать к столу.

# Закуска из скумбрии и плавленого сыра

**Ингредиенты:**

450 г филе скумбрии (соленой), 250 г плавленого сыра, 3–4 яйца (сваренных вкрутую), 100 г сливочного масла, 1 пучок укропа, 1 пучок петрушки.

**Способ приготовления:**

Яйца очистить. Зелень укропа и петрушки вымыть, мелко нарезать. Филе скумбрии, яйца и плавленый сыр дважды пропустить через мясорубку, добавить размягченное сливочное масло и зелень, тщательно перемешать.

Полученную смесь выложить в салатник и поставить в прохладное место на 1 час, затем подать к столу.

# Закуска из скумбрии под кисло-сладким соусом

**Ингредиенты:**

500 г филе скумбрии (соленой), 2 яблока, 1 луковица, 150 г несладкого натурального йогурта, 2 ч. л. лимонного сока, 2 ч. л. горчицы, 1 ч. л. сахара, перец, соль.

**Способ приготовления:**

Филе скумбрии нарезать наискосок ломтиками.

Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами.

Яблоки вымыть, очистить, удалить сердцевину, натереть на мелкой терке и сбрызнуть лимонным соком.

Для приготовления соуса яблоки смешать с йогуртом, добавить горчицу, перец, соль и сахар, тщательно перемешать.

Ломтики скумбрии выложить на тарелку, сверху положить кольца лука, полить все соусом.

Дать закуске настояться в прохладном месте 15–20 минут и подать к столу.

# Закуска из скумбрии и огурцов

**Ингредиенты:**

400 г филе скумбрии (соленой), 3–4 огурца, 2 картофелины, 1 морковка, 3 яйца (сваренных вкрутую), 2 помидора, 1 пучок зеленого лука, 1 пучок зеленого салата, 3 ст. л. растительного масла, 2 ч. л. красного винного уксуса, 2 ч. л. тертого хрена.

**Способ приготовления:**

Картофель и морковь вымыть, отварить, очистить и мелко нарезать. Яйца очистить и нарубить.

Огурцы вымыть и нарезать кубиками. Листья салата вымыть, выложить на блюдо. Зеленый лук вымыть и мелко нарезать. Помидоры вымыть и нарезать дольками.

Для приготовления заправки смешать растительное масло, уксус и тертый хрен.

Филе скумбрии нарезать кусочками, смешать с огурцами, морковью и картофелем, выложить на листья салата. Закуску полить заправкой, посыпать рублеными яйцами и зеленым луком, оформить дольками помидоров и подать к столу.

# Закуска из соленой мойвы

**Ингредиенты:**

350 г мойвы (соленой), 1 морковка, 3 картофелины, 2 огурца, 2 луковицы, 2 яйца (сваренных вкрутую), 150 г сметаны.

**Способ приготовления:**

Картофель и морковь вымыть, отварить, очистить и нарезать кружочками.

Лук очистить, вымыть и нарубить. Огурцы вымыть и нарезать соломкой. Яйца очистить и натереть на мелкой терке.

Соленую мойву разделать на филе, смешать с луком, огурцами и яйцами, выложить в селедочницу, оформить кружочками картофеля и моркови, полить сметаной и подать к столу.

# Закуска из судака с маслинами и солеными огурцами

**Ингредиенты:**

400 г филе судака (отварного), 100 г майонеза, 2 соленых огурца, 1 луковица, 50 г маслин (без косточек), 1 ч. л. столовой горчицы, петрушка, перец.

**Способ приготовления:**

Филе судака нарезать небольшими кусочками.

Лук очистить, вымыть, мелко нарезать. Огурцы нарезать маленькими кубиками.

Зелень петрушки вымыть, обсушить и нарубить.

Подготовленные ингредиенты соединить, добавить майонез, горчицу и перец, перемешать. Выложить закуску в салатник, украсить маслинами и подать к столу.

# Закуска из судака с овощами

**Ингредиенты:**

500 г филе судака, 2–3 картофелины, 2 огурца, 100 г майонеза, 1 ст. л. 3 %-ного уксуса, 50 г тертого хрена, 1 пучок зеленого салата, 1 пучок укропа, 1 пучок петрушки, перец, соль.

**Способ приготовления:**

Картофель вымыть, отварить, очистить и нарезать кубиками. Огурцы вымыть и нарезать дольками. Тертый хрен смешать с уксусом. Зелень укропа и петрушки вымыть, нарубить (несколько веточек отложить для украшения).

Листья салата вымыть, выложить на блюдо.

Филе судака промыть, отварить в подсоленной воде, остудить, измельчить, посолить, поперчить, смешать с картофелем, зеленью и тертым хреном, заправить майонезом.

Выложить закуску на листья салата, оформить дольками огурцов и подать к столу.

# Закуска из судака с помидорами

**Ингредиенты:**

1 кг судака, 1 луковица, 3–4 помидора, 1 пучок укропа, 1 пучок петрушки, 500 мл молока, 30 г сливочного масла, 30 г муки, мускатный орех, перец, соль.

**Способ приготовления:**

Рыбу разделать на филе, отварить в подсоленной воде, охладить и нарезать небольшими кусочками.

Помидоры вымыть, нарезать кружочками. Зелень укропа и петрушки вымыть, нарубить. Лук очистить, вымыть, нарезать, отварить в небольшом количестве воды, охладить и протереть через сито.

Муку выложить на сковороду с разогретым сливочным маслом, спассеровать и влить при постоянном помешивании молоко. Довести смесь до кипения, варить на слабом огне до загустения. За несколько минут до окончания варки добавить лук, мускатный орех, перец и соль.

Кусочки судака и дольки помидоров выложить на блюдо, полить приготовленным соусом (предварительно охлажденным до комнатной температуры), посыпать зеленью и подать к столу.

# Закуска из щуки и помидоров

**Ингредиенты:**

500 г филе щуки, 3–4 помидора, 2 луковицы, 100 г майонеза, 1 пучок укропа, 1 пучок зеленого салата, 1/2 лимона, перец, соль.

**Способ приготовления:**

Помидоры вымыть, крупно нарезать.

Лук очистить, вымыть и разрезать на 4 части. Зелень укропа вымыть и крупно нарезать.

Лимон вымыть, очистить и нарезать тонкими ломтиками.

Листья салата вымыть, выложить на блюдо.

Филе щуки промыть, залить небольшим количеством воды, добавить соль и варить до готовности.

Отварную рыбу охладить, пропустить через мясорубку вместе с помидорами, луком и зеленью укропа, поперчить, добавить майонез, перемешать.

Выложить закуску горкой на листья салата, украсить ломтиками лимона и подать к столу.

# Закуска из щуки с брынзой

**Ингредиенты:**

400 г филе щуки, 200 г брынзы, 1 луковица, 1 морковка, 100 г сливочного масла, 2 ст. л. растительного масла, 1 пучок петрушки, 1 пучок укропа, красный молотый перец, черный молотый перец, соль.

**Способ приготовления:**

Лук и морковь очистить, вымыть, мелко нарезать и жарить в растительном масле до образования корочки золотистого цвета. Зелень петрушки и укропа вымыть, мелко нарезать (несколько веточек отложить для украшения).

Филе щуки промыть, нарезать небольшими кусочками, посолить, обжарить в 50 г сливочного масла.

Жареную рыбу, лук, морковь и брынзу пропустить через мясорубку, поперчить, смешать с рубленой зеленью и оставшимся сливочным маслом и сформовать изделие в виде батона. Завернуть его в пищевую пленку и положить в прохладное место на 1 час, затем нарезать порционными кусками, выложить на блюдо, украсить веточками петрушки и укропа и подать к столу.

# Закуска из трески и яиц

**Ингредиенты:**

250 г филе трески (отварного), 3 яйца (сваренных вкрутую), 1 картофелина, 1 луковица, 1 лимон, 100 г майонеза, 1 пучок петрушки, перец, соль.

**Способ приготовления:**

Картофель вымыть, отварить, очистить и нарезать кубиками.

Лук очистить, вымыть и нарубить. Зелень петрушки вымыть, мелко нарезать (несколько веточек оставить для украшения).

Лимон вымыть, нарезать кружочками.

Яйца очистить и нарубить.

Треску пропустить через мясорубку, смешать с картофелем, яйцами, зеленью петрушки и луком, выложить на блюдо, посолить, поперчить, полить майонезом.

Закуску украсить кружочками лимона и веточками петрушки и подать к столу.

# Закуска из трески с горчицей и яйцами

**Ингредиенты:**

500 г филе трески, 3 яйца (сваренных вкрутую), 100 мл оливкового масла, 30 г столовой горчицы, зелень петрушки и эстрагона, сахар, соль.

**Способ приготовления:**

Филе трески промыть, нарезать ломтиками, посолить и приготовить на пару.

Яйца очистить, разрезать пополам, желтки вынуть, белки нарубить.

Зелень петрушки и эстрагона вымыть, обсушить и мелко нарезать. Яичные желтки растереть с горчицей, сахаром и солью в однородную массу.

Продолжая растирать, добавить понемногу оливковое масло. Затем добавить зелень, перемешать.

Рыбу выложить на блюдо, полить приготовленным соусом, посыпать белками и подать к столу.

# Закуска из соленой кеты и лука

**Ингредиенты:**

500 г кеты (соленой), 3 луковицы, 4 ст. л. растительного масла, 2 ч. л. винного уксуса, 1 пучок укропа.

**Способ приготовления:**

Зелень укропа вымыть, нарубить. Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Соленую кету разделать на филе без кожи и костей, нарезать ломтиками и выложить на тарелку. Сверху положить кольца лука, сбрызнуть уксусом, полить растительным маслом. Посыпать закуску укропом и подать к столу.

# Кета с красным соусом

**Ингредиенты:**

1 кг кеты, 100 мл красного соуса, 100 мл рыбного бульона, 100 мл огуречного рассола, 100 мл белого вина, 50 г маринованных грибов (любых), 50 г оливок (без косточек), 2 соленых огурца, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, соль.

**Способ приготовления:**

Кету разделать на филе без кожи, отварить в подсоленной воде, охладить и нарезать порционными кусками.

Маринованные грибы и оливки нарезать небольшими кусочками. Соленые огурцы очистить, нарезать соломкой.

Коренья очистить, вымыть, нарезать соломкой.

Коренья, грибы, огурцы и оливки выложить в сотейник, залить бульоном, довести до кипения и варить на слабом огне 15 минут. Затем добавить красный соус, смешанный с вином и рассолом, варить на слабом огне до загустения.

Куски рыбы разложить по тарелкам, полить охлажденным соусом и подать к столу.

# Закуска из горбуши и соленых огурцов

**Ингредиенты:**

400 г горбуши (отварной), 3–4 соленых огурца, 1 луковица, 100 г майонеза, 1 пучок укропа, 1 пучок петрушки, 1 пучок зеленого салата.

**Способ приготовления:**

Зелень укропа и петрушки вымыть, мелко нарезать. Листья салата вымыть, выложить на блюдо. Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Соленые огурцы нарезать кубиками.

Из отварной рыбы вынуть кости. Филе мелко нарезать, смешать с огурцами и зеленью, выложить на листья салата. Полить закуску майонезом, украсить кольцами лука и подать к столу.

# Закуска из минтая с пряным соусом

**Ингредиенты:**

1 кг минтая, 600 г помидоров, 1 пучок кинзы, 1 пучок зеленого лука, 1 луковица (небольшая), сахар, соль.

**Способ приготовления:**

Подготовленную рыбу отварить в подсоленной воде, охладить, разделать на филе, нарезать небольшими кусочками.

Помидоры вымыть, обдать кипятком, снять кожицу, нарезать и протереть через сито.

Зелень кинзы и зеленый лук вымыть, обсушить, мелко нарезать. Репчатый лук очистить, вымыть, нарубить.

Смешать зелень и лук с томатным пюре, добавить сахар и соль. Если соус получился слишком густым, разбавить его холодной кипяченой водой.

Выложить рыбу на тарелку, полить приготовленным соусом и подать к столу.

# Закуска из минтая и моркови

**Ингредиенты:**

350 г филе минтая (отварного), 3–4 морковки, 100 г майонеза, 1 пучок петрушки, 1 огурец, 1 пучок укропа, перец, соль.

**Способ приготовления:**

Морковь вымыть, отварить, очистить и нарезать кружочками.

Зелень укропа и петрушки вымыть, мелко нарезать (несколько веточек отложить для украшения).

Огурец вымыть, нарезать кружочками.

Филе минтая нарезать небольшими кусочками, смешать с морковью и зеленью, посолить, поперчить, заправить майонезом.

Закуску выложить в салатник, украсить кружочками огурца и веточками зелени и подать к столу.

# Закуска из судака с белыми грибами и огурцами

**Ингредиенты:**

500 г филе судака (отварного), 150 г белых грибов (отварных), 3 огурца, 1 пучок укропа, 1 пучок петрушки, 30 г муки, 2–3 луковицы, 500 мл грибного бульона, 100 г сливочного масла, соль.

**Способ приготовления:**

Зелень укропа и петрушки вымыть, нарубить.

Филе судака и вареные грибы нарезать ломтиками. Огурцы вымыть, нарезать кружочками. Грибы промыть, отварить в небольшом количестве подсоленной воды, нашинковать. Лук очистить, вымыть, мелко нарезать, пассеровать на сковороде в 70 г сливочного масла.

Муку пассеровать на оставшемся масле, добавить при постоянном помешивании грибной бульон, довести до кипения и готовить на слабом огне 7–10 минут. Затем добавить грибы и лук, посолить, варить соус до готовности, охладить.

Ломтики рыбы и грибов выложить на блюдо, вокруг положить кружочки огурцов. Полить закуску соусом, посыпать зеленью и подать к столу.

# Острая закуска из горбуши

**Ингредиенты:**

1 кг горбуши, 100 г кореньев хрена, 300 г яблок, 200 г сметаны, 50 мл лимонного сока, 1 пучок укропа, 1 пучок петрушки, сахар, соль.

**Способ приготовления:**

Горбушу разделать на филе, отварить в подсоленной воде, охладить, не вынимая из бульона. Зелень укропа и петрушки вымыть, нарубить.

Коренья очистить, вымыть, замочить на 30 минут в холодной воде, натереть на мелкой терке или пропустить через мясорубку.

Для приготовления соуса яблоки вымыть, очистить, удалить сердцевину.

Натереть на мелкой терке, смешать с тертым хреном и сметаной. Добавить лимонный сок, сахар и соль, перемешать.

Филе горбуши нарезать ломтиками, выложить на блюдо, полить соусом, посыпать зеленью и подать к столу.

# Закуска из красной рыбы и риса

**Ингредиенты:**

300 г филе красной рыбы, 100 г риса, 100 г консервированной кукурузы, 3 луковицы, 2 морковки, 4 яйца (сваренных вкрутую), 100 г майонеза, 1 пучок петрушки, соль.

**Способ приготовления:**

Морковь вымыть, отварить, очистить и натереть на крупной терке. Яйца очистить и нарубить.

Лук очистить, вымыть и мелко нарезать.

Зелень петрушки вымыть.

Рис отварить в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг, промыть холодной водой.

Филе рыбы промыть, отварить в подсоленной воде, мелко нарезать, смешать с рисом, консервированной кукурузой, морковью, яйцами и луком, посолить, выложить в салатник, полить майонезом.

Закуску украсить веточками петрушки и подать к столу.

# Закуска из копченого палтуса

**Ингредиенты:**

300 г филе палтуса (копченого), 100 г риса, 2 ст. л. лимонного сока, 2 соленых огурца, 100 г консервированного зеленого горошка, 4 яйца (сваренных вкрутую), 1/2 лимона, 100 г майонеза, 1 пучок укропа, соль.

**Способ приготовления:**

Рис отварить в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг и остудить.

Яйца очистить и нарубить. Огурцы нарезать соломкой.

Лимон вымыть, очистить и нарезать кружочками. Зелень укропа вымыть.

Филе копченого палтуса нарезать кусочками, сбрызнуть лимонным соком, перемешать с рисом, яйцами, зеленым горошком и огурцами, посолить.

Выложить на блюдо, полить майонезом, украсить веточками укропа и подать к столу.

# Закуска из печени трески с овощами

**Ингредиенты:**

250 г консервированной печени трески, 150 г консервированного зеленого горошка, 2 картофелины, 2 соленых огурца, 1 морковка, 1 луковица, 2 ст. л. майонеза, 1 пучок укропа, 1 пучок петрушки, соль.

**Способ приготовления:**

Зелень укропа и петрушки вымыть.

Картофель и морковь вымыть, отварить, очистить и натереть на крупной терке.

Огурцы мелко нарезать. Лук очистить, вымыть и нарубить.

Печень трески размять вилкой, смешать с консервированным зеленым горошком, картофелем, морковью, огурцами и луком, посолить, выложить на блюдо.

Закуску полить майонезом, украсить веточками укропа и петрушки и подать к столу.

# Закуска из семги

**Ингредиенты:**

300 г филе малосольной семги, 70 г оливок (без косточек), 1 лимон, 1 пучок зеленого салата, 1 пучок укропа, 1 пучок петрушки.

**Способ приготовления:**

Лимон вымыть, разрезать пополам, из одной половинки выжать сок, вторую нарезать кружочками. Листья салата вымыть, обсушить, выложить на блюдо. Зелень укропа и петрушки вымыть.

Филе семги нарезать ломтиками, сбрызнуть лимонным соком, выложить на листья салата и посыпать зеленью.

Украсить закуску оливками и ломтиками лимона и подать к столу.

# Трубочки из рыбы и корейской моркови

**Ингредиенты:**

400 г филе малосольной горбуши, 200 г корейской моркови, 1 пучок зеленого салата, 1 огурец, 2 ст. л. лимонного сока.

**Способ приготовления:**

Листья салата вымыть, обсушить, выложить на блюдо.

Огурец вымыть, нарезать кружочками. Филе горбуши нарезать тонкими ломтиками, сбрызнуть лимонным соком. Положить на каждый ломтик немного корейской моркови, свернуть в виде рулета, скрепить декоративными шпажками.

Выложить закуску на блюдо, украсить кружочками огурца и подать к столу.

# Горячие закуски

# Сом в томатном соусе

**Ингредиенты:**

500 г филе сома, 200 г томатной пасты, 3 луковицы, 2 ст. л. сливочного масла, 2 помидора, 2 огурца, 1 пучок петрушки, 1 пучок укропа, 1 лимон, перец, соль.

**Способ приготовления:**

Лук очистить, вымыть и нарубить. Помидоры вымыть и нарезать дольками. Огурцы вымыть, нарезать брусочками.

Лимон вымыть, нарезать кружочками. Зелень петрушки и укропа вымыть.

Филе сома промыть, нарезать порционными кусками и жарить в сливочном масле вместе с луком в течение 15 минут.

Затем влить небольшое количество воды, добавить соль, перец, томатную пасту и тушить до готовности.

Готовую рыбу выложить на блюдо, оформить дольками помидоров, брусочками огурцов, кружочками лимона и веточками зелени и подать к столу.

# Рыбные палочки

**Ингредиенты:**

500 г филе судака, 300 г филе щуки, 3 ст. л. жира, 2 ст. л. сливок, 50 г панировочных сухарей, 2 ч. л. яблочного уксуса, 3 ст. л. рубленой зелени кинзы и петрушки, 2 ч. л. растительного масла, перец, соль.

**Способ приготовления:**

Филе судака и щуки промыть, пропустить через мясорубку, добавить сливки, перец, соль, перемешать и положить в прохладное место на 1 час.

Из фарша сформовать изделия продолговатой формы, запанировать в сухарях, жарить в жире до золотистого цвета.

Изделия выложить в смазанную растительным маслом форму и запекать в разогретой до 20 °С духовке в течение 10 минут.

Закуску выложить на блюдо, сбрызнуть уксусом, посыпать зеленью кинзы и петрушки и подать к столу.

# Закуска из жареного судака и дайкона

**Ингредиенты:**

300 г филе судака, 150 г дайкона, 2 огурца, 100 г листьев салата, 100 г майонеза, 1 пучок зеленого лука, 1 ст. л. панировочных сухарей, 2–3 ст. л. растительного масла, соль.

**Способ приготовления:**

Дайкон очистить, вымыть и нарезать кружочками.

Листья салата вымыть, обсушить, выложить на блюдо.

Зеленый лук вымыть и нарубить. Огурцы вымыть и нарезать небольшими кружочками.

Филе судака промыть, нарезать небольшими кусочками, посолить, обвалять в панировочных сухарях и жарить в растительном масле до готовности.

Жареную рыбу выложить на листья салата.

Сверху положить дайкон, посыпать рубленым луком, полить майонезом.

Украсить закуску кружочками огурцов и подать к столу.

# Закуска из сома с яйцом и сыром

**Ингредиенты:**

500 г филе сома, 3 яйца (сваренных вкрутую), 2 луковицы, 100 г сыра (любого твердых сортов), 150 г майонеза, 1 лавровый лист, 1 пучок укропа, 1 пучок петрушки, перец, соль.

**Способ приготовления:**

Яйца очистить и нарубить. Лук очистить и нарезать кольцами.

Сыр натереть на крупной терке. Зелень укропа и петрушки вымыть, мелко нарезать.

Филе сома промыть, отварить в подсоленной воде с добавлением лаврового листа, нарезать ломтиками, выложить на блюдо.

Сверху положить кольца лука, поперчить, посыпать зеленью, рублеными яйцами и тертым сыром, полить майонезом и подать к столу.

# Закуска из рыбы с кукурузой и перцем

**Ингредиенты:**

500 г филе морской рыбы (любой), 150 г консервированной кукурузы, 3 стручка болгарского перца, 3 луковицы, 150 г майонеза, 3 ст. л. муки, 3 ст. л. растительного масла, 1 пучок укропа, 1 пучок петрушки, перец, соль.

**Способ приготовления:**

Болгарский перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать кольцами.

Лук очистить, вымыть и нарезать кольцами. Зелень укропа и петрушки вымыть, мелко нарезать.

Филе рыбы промыть, нарезать небольшими кусочками, поперчить, посолить, обвалять в муке, жарить в растительном масле до готовности.

Выложить рыбу на блюдо, сверху положить консервированную кукурузу, кольца болгарского перца и лука.

Полить закуску майонезом, посыпать зеленью и подать к столу.

# Судак в пиве

**Ингредиенты:**

1 кг судака, 1 луковица, 1 ст. л. сливочного масла, 100 мл светлого пива, 1 лавровый лист, 5–7 горошин душистого перца, 4 ст. л. томатного соуса, 2 огурца, 1 пучок редиса, 1 пучок укропа, 1 пучок петрушки, перец, соль.

**Способ приготовления:**

Рыбу разделать на филе без кожи, нарезать порционными кусками, посолить и поперчить. Лук очистить и мелко нарезать. Редис и огурцы вымыть и нарезать кружочками. Зелень укропа и петрушки вымыть и нарубить.

Смешать томатный соус, пиво, лук и душистый перец, довести до кипения. Рыбу выложить в сотейник, залить приготовленной смесью, добавить сливочное масло, лавровый лист, тушить под крышкой до готовности.

Разложить рыбу по тарелкам, украсить кружочками редиса и огурцов. Посыпать закуску зеленью и подать к столу.

# Выпечка

# Как сделать хорошее тесто

Прежде чем ставить тесто, муку обязательно просейте, чтобы удалить примеси, комочки, а также ввести воздух — лучше будет подниматься тесто.

Заводя опару или тесто, не муку насыпайте в жидкость, а, наоборот, разводите муку молоком или водой, все время тщательно размешивая, чтобы не было комков.

Не давайте тесту перестаивать — пироги станут кисловатыми на вкус.

Достаточно постоять 3 часа, но обязательно в тепле.

Чтобы рис для начинки получился белым и рассыпчатым, за 5 минут до готовности добавьте в воду, где он варится, чуть-чуть уксуса. Откиньте на дуршлаг, хорошо промойте холодной водой.

Почти всегда в начинку для пирогов требуется положить крутые яйца.

Варите их в подсоленной воде, чтобы не вытекли, если скорлупа надтреснута, при бурном кипении, тогда белок будет твердым.

# Дрожжевое (кислое) тесто (безопарное)

**Ингредиенты:**

0,5 л молока или смеси молока с водой, 25–30 г дрожжей, 2 ст. л. сахара, 1/4 чайной ложки соли, 150 г маргарина, 900 г пшеничной муки.

**Способ приготовления:**

Самые простые виды теста делают безопарным способом. Его используют, если тесто нужно приготовить не очень сдобное. В миску влить подогретое молоко, дрожжи, предварительно разведенные в небольшом количестве теплого молока, добавить сахар, соль.

Все как следует размешать, затем всыпать муку и замесить тесто. Перед окончанием замеса положить размягченный до густоты сметаны маргарин. Он должен полностью соединиться с тестом.

Вымешивать тесто нужно до тех пор, пока оно не перестанет прилипать к миске и ладоням.

Теперь его нужно присыпать мукой и поставить часа на три в теплое место подниматься.

# Дрожжевое кислое тесто (опарное)

Опарный способ несколько сложнее, зато сдоба получается более пышной при выпечке. Итак, сначала делаем опару.

Разведенные теплым молоком дрожжи соединим с сахаром, добавим оставшееся теплое молоко и, всыпав примерно половину муки, поставим опару в теплое место подходить на 2–3 часа, до тех пор пока она не увеличится в 1,5–2 раза. Как только тесто начнет опадать — опара готова.

Теперь можно добавить в нее растворенную соль, оставшуюся муку и хорошенько размешать.

Постепенно добавляя размягченный маргарин, будем вымешивать тесто до тех пор, пока оно не станет гладким, блестящим, легко отстающим от рук и посуды.

Чем больше жира и сахара в тесте, тем дольше оно будет подниматься.

Но учтите, что перестоявшее тесто становится жидким, кисловатым на вкус, и порой булки при выпекании из такого теста опадают.

# Исправление недостатков теста

Основным недостатком замешенного дрожжевого теста может быть плохое брожение или его отсутствие. Холодное, плохо бродящее тесто подогревают до 30 градусов. Если температура теста при замешивании или последующих стадиях брожения была выше 55 градусов и дрожжи от нагревания погибли, нужно тесто охладить и вновь добавить свежие дрожжи.

Пересоленное тесто плохо бродит, при расстойке легко заветривается, готовые изделия получаются бледными, с надрывом по бокам и имеют солоноватый вкус.

Для исправления такого теста нужно замесить новую порцию теста без соли и соединить с пересоленным тестом.

При недостатке соли ее нужно растворить в небольшом количестве теплой воды и хорошо перемешать с тестом.

Изделия с недостаточным количеством соли получаются расплывчатыми, вкус их пресный.

Таким же способом исправляют переслащенное тесто.

# Разделка теста

Готовое тесто делят на порционные куски.

Вес кусков теста должен на 12–15 % превышать вес готовых изделий, так как при выпечке и остывании получаются упек и усушка изделия.

Кусочки теста посыпают сверху мукой, кладут на слегка посыпанный мукой стол и формуют в виде шариков так, чтобы шов был снизу. Шарики теста укладывают на стол, подпыленный мукой, и после небольшой расстойки (5–7 минут) формуют из них изделия.

Шарики теста нужно уложить швом вниз на противень, смазанный жиром, на таком расстоянии друг от друга, чтобы при брожении и выпекании они не соединились и не деформировались.

Лучше всего положить на противень шарики не ровными рядами, а в шахматном порядке, при этом на противень можно уложить большее количество изделий и при выпечке с учетом правильной укладки они равномерно пропекаются.

# Рыбники

Рыбники — традиционные русские рыбные пироги — были распространены в районах рыболовства.

Эти пироги были популярны в северных областях России (Архангельской, Мурманской, Новгородской), а также в Сибири, на Дальнем Востоке.

Для них предпочтительна малокостная рыба: палтус, зубатка, налим, судак, треска, навага. Очень вкусны пироги с сигом, форелью, лососевыми. Для рыбника используют и мелкую рыбешку.

Рыбник выпекают из кислого (дрожжевого) теста из пшеничной или ржаной муки, а также из смеси ржаной и пшеничной муки.

Все зависит от назначения и значимости.

Из пресного ржаного теста реже выпекают рыбник, так как пресное ржаное тесто хрупкое, ломкое и сок может вытечь, хотя рыбник из пресного теста очень вкусен.

Как правило, рыбник — закрытый пирог в форме лодочки.

Вычищенную, выпотрошенную рыбу укладывают целиком на толсто раскатанное тесто (не менее 1 см), соединяют противоположные концы теста и наверху красиво защипывают шов, который одновременно является украшением пирога.

Рыбник может иметь и четырехугольную форму.

В таком случае тесто раскатывают в виде прямоугольника по размеру противня (донышко), на скалке переносят на смазанный маслом лист, разравнивают, укладывают рыбу в ряд и покрывают крышкой из теста, которую раскатывают несколько тоньше, чем донышко, защипывают края с четырех сторон, накалывают поверхность и бока вилкой и смазывают яйцом.

Четырехугольную форму может иметь и рыбник, оформленный несколько иначе, а именно: тесто раскладывают в виде овальной лепешки размером чуть больше, чем противень, переносят на смазанный лист, разравнивают.

На тесто укладывают подготовленную рыбу, приправленную пряностями, соединяют противоположные концы и защипывают, но уже не в форме лодочки, а придав пирогу форму прямоугольника. Аккуратный шов пирога — его украшение. Далее накалывают поверхность и бока вилкой, смазывают желтком и выпекают.

Можно пирог до выпечки не смазывать яйцом, в таком случае после выпечки его смазывают растопленным маслом, затем покрывают бумагой (калькой, пергаментом), укрывают

полотенцем, чтобы корочка стала мягкой.

Известны рыбники и треугольной, слегка выпуклой формы. Пироги треугольной формы чаще изготавливают с рыбным фаршем. Как правило, такие рыбники больше приняты в ресторанной кухне, нежели в домашней.

Из мелкой рыбешки (ряпушки, мойвы) рыбник выпекают и круглой формы, в центре оставляют небольшое отверстие для выхода пара.

Из жирной рыбы чаще выпекают открытые пироги. Тогда тесто раскатывают в пласт толщиной 1 см, укладывают на него куски рыбного филе, загибают края теста, чтобы оно покрывало рыбу на 2–3 см, а середина оставалась открытой, в отверстие наливают сметану — рыба будет нежной и вкусной.

Чтобы поверхность пирога не подгорела, надо его прикрывать плотной, смоченной водой бумагой и чаще заглядывать в духовку.

Как только бумага высохла, надо ее снова смочить водой. Обычно рыбник выпекается 2 часа или чуть дольше при температуре 180–200 °С.

Готовность закрытого рыбника определяют так: вынимают пирог из духовки и слегка встряхивают. Если рыба, по образному выражению северянок, «гуляет», или «ходит», это значит, что рыба пропеклась и отстала от корки — пирог готов. Испеченные пироги закрывают полотенцем, скатертью или укутывают одеялом, чтобы дольше сохранить тепло и аромат, ведь рыбники вкусны только свежие, как остыли — привлекательность их исчезла. Поэтому к столу рыбник подают горячим. Его едят как самостоятельное блюдо, как закуску.

Пирог с лососем особенно вкусен со сладким крепким чаем.

С рыбой также приготовляют и другие самобытные русские блюда: расстегаи и кулебяки, — но мы поговорим о них в особом разделе.

## Рыбник поморский

**Ингредиенты:**

500 г рыбного филе (любого),

1 луковица, 2–3 картофелины, 2 яйца (для смазки), перец, соль.

**Способ приготовления:**

Приготовить кислое тесто. Раскатать его, как для обычного пирога, и сформовать две лепешки круглой или прямоугольной формы.

Лепешка, которая будет использована для нижнего слоя пирога, должна быть несколько тоньше верхней. На лепешку

уложить слой тонко нарезанного сырого картофеля, обсыпанные солью и перцем крупные куски рыбного филе, сверху тонко нарезанный сырой лук.

Все сбрызнуть маслом и накрыть второй лепешкой.

Края лепешек соединить и подогнуть книзу. Дать тесту расстойку, смазать его яйцом и сделать вилкой несколько проколов.

Выпекать в духовке, разогретой до температуры 200–220 °С. Вместо сырого картофеля можно использовать картофельное пюре, приготовленное с добавлением жареного лука, молока, сливок.

## Рыбник с судаком

**Ингредиенты:**

Ржаное тесто, 2 судачка (небольших), 2 луковицы, 4 ст. л. сливочного масла, 2 ст. л. сметаны, лавровый лист, петрушка, черный молотый перец, черный перец горошком, соль.

**Способ приготовления:**

Из муки, воды и соли замесить пресное ржаное тесто. Вместо воды можно взять молоко, или простоквашу, или смесь молока, простокваши, сметаны и воды. Замешанное тесто скатать в шар и дать ему «отдохнуть» 15–20 минут.

Подготовить рыбу: вымыть, вычистить, выпотрошить, удалить жабры, язык, глаза, тщательно промыть, посолить и целиком уложить на раскатанное толщиной 0,7 см ржаное тесто.

Посыпать кольцами репчатого лука, сверху положить нарезанное тонкими пластинками сливочное масло (2 ст. л.), приправить перцем, при желании можно также посыпать мелко истолченным или смолотым в кофемолке лавровым листом, посыпать нарезанной зеленью петрушки.

Противоположные края теста соединить, защипнуть, поверхность рыбника наколоть вилкой, смазать 2 столовыми ложками сметаны и выпекать при температуре 180–200 °С до готовности.

Испеченный рыбник необходимо сразу же смазать растопленным сливочным маслом, чтобы корочка была мягче.

## Рыбник с форелью

**Ингредиенты:**

1 кг дрожжевого теста, 2 форели, 2 луковицы, 2 ст. л. сливочного масла, петрушка, черный молотый перец, черный перец горошком, соль.

**Способ приготовления:**

Тесто раскатать слоем 1 см в виде овальной лепешки, положить подготовленную форель: вычищенную, выпотрошенную, вымытую, приправленную солью и перцем, посыпанную кольцами репчатого лука и мелко нарезанной зеленью петрушки. Поверх рыбы положить тонкие пластинки охлажденного сливочного масла.

Противоположные концы теста соединить, красиво защипнуть елочкой шов и оставить для расстойки на 15–20 минут, после чего тщательно наколоть вилкой поверхность и бока пирога, смазать желтком и поставить в духовку.

Выпекать рыбник при температуре 180–200 °С до готовности. Как правило, рыбник из дрожжевого теста выпекается долго, иногда до 1,5–2 часов. Подают рыбник горячим и едят так: аккуратно срезают верхнюю корку, пирог едят вилкой и ножом, запивают крепкими напитками.

## Рыбник с рыбой сибирский

**Ингредиенты:**

600–700 г дрожжевого теста, 500 г рыбного филе (любого), 2–3 луковицы, 3 картофелины (среднего размера), 50 г сливочного масла, перец, соль.

**Способ приготовления:**

Тесто раскатать толщиной 1 см, положить слой тонко нарезанного подсоленного сырого картофеля, на него — куски филе рыбы, приправленной солью и перцем, поверх рыбы — кольца сырого лука, сверху закрыть слоем раскатанного теста, оставить для расстойки на 10–15 минут, поверхность наколоть вилкой или ножом, выпекать до готовности.

Испеченный пирог смазать сливочным маслом, подавать к столу горячим.

## Рыбник с мойвой

**Ингредиенты:**

1 кг мойвы, 2 луковицы, 1 ст. л. растительного масла, лавровый лист, черный молотый перец, соль.

**Способ приготовления:**

Замесить пресное ржаное тесто и оставить на 20 минут, прикрыв салфеткой, чтобы не обветрилось.

У мойвы вычистить внутренности, отрезать голову и хвост, удалить из брюшка черную пленку, чтобы не было горечи (а для очистки совести хорошо было бы удалить и хребет, оставив

чистое филе). Рыбу хорошо промыть, отжать воду, слегка посолить. Лук нарезать кольцами.

Тесто раскатать, уложить, чередуя, ряды мойвы и кольца лука, приправить солью, перцем, концы теста соединить и защипнуть шов, поверхность пирога наколоть острием ножа или вилкой. Выпекать при температуре 210–220 °С до готовности. Готовность пирога определяют так: если пирог чуть встряхнуть и рыба «ходит» — значит, рыбник готов, его можно подавать.

Испеченный рыбник смазать растительным маслом.

## Пирог сибирский с рыбой и крупой

**Ингредиенты:**

800 г рыбного филе (любого), 4 ст. л. риса или пшена, 3–4 ст. л. растительного масла, 1 луковица, мука, соль.

**Способ приготовления:**

На раскатанный толщиной 1 см пласт теста положить слой вареного риса или пшена, смешанного с обжаренным луком, выложить кусочками обжаренное филе рыбы, снова положить слой риса.

Покрыть начинку другим слоем теста, раскатанного толщиной 0,5–0,7 см, края защипнуть.

Пирогу можно придать форму рыбы, что особенно нравится детям. Нанести ножом узор в виде чешуи и прилепить из теста «плавники» и «хвост».

Пирог проколоть ножом, чтобы выходил пар.

## Пирог рыбный с картофелем

**Ингредиенты:**

1 кг рыбы (любой), 500 г картофеля (отварного), 5 луковиц, 2 ст. л. муки, растительное масло, соль.

**Способ приготовления:**

Рыбу очистить, срезать филе и обжарить в масле, запанировав в муке. На слой теста выложить порезанный кружочками картофель, приготовленную рыбу и нарезанный кольцами лук. Начинку покрыть раскатанным до толщины 0,5–0,7 см слоем теста, наколоть вилкой.

Пирогу можно придать четырехугольную форму или сделать его в виде лодочки.

## Простой пирог с рыбой

**Ингредиенты:**

Для теста: 2,5 стакана муки, 1 ст. л. сахара, 3 ст. л. сливочного масла, 2 яйца, 1/2 чайной ложки соли, 3/4 стакана молока или воды, 15 г дрожжей.

Для начинки:

600 г рыбного филе (любого), 1–2 луковицы, 1,5 ст. л. растительного масла, перец, соль.

**Способ приготовления:**

Приготовить дрожжевое опарное тесто.

Аккуратно разделить его на две равные части.

Раскатать каждую часть в форме шара и оставить на некоторое время в теплом месте на расстойку.

После этого одну часть теста раскатать в пласт прямоугольной формы толщиной 1 см.

Тесто слегка посыпать мукой, завернуть на скалку и разложить на смазанном жиром противне.

На тесто положить кусочки сырого рыбного филе, посыпать солью, перцем, пассерованным луком.

Закрыть вторым раскатанным пластом теста, швы по бокам по возможности плотно соединить и поставить пирог на 20–25 минут для расстойки.

Затем смазать его яйцом, проколоть в нескольких местах ножом для выхода пара и выпекать при температуре 210–230 °С в течение 35–40 минут.

Готовый пирог смазать маслом и перед подачей аккуратно разрезать на порции.

## Пирог с капустой и рыбой

**Ингредиенты:**

500 г рыбной начинки (любой), 700 г капустной начинки.

**Способ приготовления:**

Приготовить кислое тесто и раскатать его в пласт по форме будущего пирога. Ровно выложить слой капусты, на нее — слой рыбы и снова слой капусты. Края пирога заделать обычным способом и запечь пирог в духовке.

## Рыбник с вязигой, рисом, яйцами и рыбой

**Ингредиенты:**

Для теста: 600–800 г муки, 1,5 стакана молока или воды с дрожжами, 2–3 яйца, 100 г сливочного масла, сухари, соль.

Для начинки:

600–800 г рыбы (любой), 1 стакан (неполный) риса, 3–4 яйца, 100 г сливочного масла, 1 луковица, укроп, петрушка, душистый

перец, соль.

**Способ приготовления:**

Вязигу сперва надо подготовить: намочить в воде, вымыть, залить чистой водой.

Варить, пока не сделается мягкой; положить соли, черного душистого перца, петрушки, 1/2 луковицы; откинуть на решето, можно сполоснуть холодной водой, мелко изрубить, положить соли, 2–4 крутых рубленых яйца, можно прибавить 3/4 стакана риса, отваренного в воде с 1 луковицей, петрушкой и 1 ложкой масла; прибавить масла, в котором поджаривалась рыба, ложку жирного бульона, укропа, петрушки, смешать все вместе.

Отмерить 3/4 этого фарша и положить на раскатанное тесто, наверх самые тоненькие ломтики очищенной от костей, немного посоленной и слегка поджаренной щуки, судака, леща, лососины, осетрины, сига или сырой семги, накрыть остальным фаршем, потом тестом, поставить в духовку на 1 час.

Необходимо подать к пирогу сливочное масло.

## Пирог русский с вязигой по-средневолжски

**Способ приготовления:**

Замочить вязигу на ночь в воде, на другой день варить в воде часа три, пока вязига сделается совершенно мягкой, слить воду, визигу порубить, положить в распущенное масло, посолить, посыпать перцем.

Отдельно сварить рис и несколько яиц, порубив, смешать вместе с вязигой.

Приготовить тесто на дрожжах или слоеное, наполнить пирог фаршем и поставить в горячую духовку.

Вязиги нужно брать сообразно с пропорцией теста, т. е. на ту пропорцию теста, которая взята для пирога с мясным фаршем, достаточно взять 100 г вязиги.

## Разновидности начинок для пирога с вязигой

Пирог можно сделать также:

а) с вязигой, яйцами и рыбой (300 г вязиги, 800 г рыбы, 2–3 яйца);

б) с вязигой, рисом и яйцами (800 г риса, 200 г вязиги, 2–3 яйца);

в) с рисом и яйцами (400 г риса, 100 г масла, 2–3 яйца, зелень).

## Пирог или пирожки с вязигой (постные)

**Ингредиенты:**

Для теста:

600–800 г муки, 3 ст. л. растительного масла, дрожжи, соль.

Для фарша:

100 г вязиги, 1 стакан риса, 600 г лососины, 3 луковицы, 3 гвоздички, 1/2 стакана оливкового масла, 1 щепотка мускатного ореха, петрушка, перец.

**Способ приготовления:**

Приготовить постное тесто на дрожжах.

Вязигу намочить в воде, потом сварить в соленой воде с белыми кореньями и пряностями; когда вязига станет мягкой, откинуть на дуршлаг, вынуть коренья и пряности, вязигу мелко изрубить.

Стакан риса вскипятить, откинуть на решето, сполоснуть холодной водой, сложить опять в кастрюлю, положить 2 луковицы, 3 гвоздики, петрушку, залить кипятком, прибавить соли, 2 ложки оливкового масла, сварить до мягкости, но так, чтобы каша была рассыпчатая.

1 мелко изрубленную луковицу поджарить в 2 ложках масла, положить на ту же сковороду куски филе лососины или семги, слегка поджарить.

Сложить на тарелку, слить туда же масло, в котором поджарилась рыба, положить вязигу и рис, размешать, прибавить соли, перца, мускатного ореха, нафаршировать пирог или пирожки. Далее выпекать как обычно.

На пирожки использовать половину фарша.

## Пирог со щукой

**Ингредиенты:**

0,8–1 кг щуки, 3–4 яйца, 15 сардин, 3 ст. л. растительного масла, укроп, перец, соль.

**Способ приготовления:**

Изжарить щуку в 2 ложках масла, вынуть кости, мелко изрубить, смешать с крутыми яйцами, всыпать соли, перца, укропа, положить на раскатанное тесто, посыпать вымытыми изрубленными сардинками, сбрызнуть маслом, накрыть тестом.

## Пирог из белого саго с семгой

**Ингредиенты:**

200 г белого саго, 100 г сливочного масла, 3–4 яйца, 600 г семги, укроп, перец, соль.

**Способ приготовления:**

Отварить в воде стакан белого саго, откинуть на решето, сполоснуть холодной водой; когда вода стечет, посолить, смешать с 2 ложками масла, укропом, положить ряд саго на раскатанное тесто; на него ряд мелко изрубленных крутых яиц, потом ряд семги, посыпать перцем, накрыть саго и, наконец, тестом; смазать яйцом, посыпать сухарями и поставить в горячую духовку.

Отдельно подать к пирогу сливочное масло.

# Расстегаи

Расстегаи — это традиционные в русской кухне пироги. Обратимся к авторитету В. А. Гиляровского и посмотрим, как он описывал эти пироги: «Это — круглый пирог во всю тарелку, с начинкой из рыбного фарша с вязигой, а середина открыта, и в ней, на ломтике осетрины, лежит кусок налимьей печенки.

К расстегаю подавался соусник ухи бесплатно.

Ловкий Петр Кириллыч первый придумал „художественно" разрезать такой пирог. В одной руке вилка, в другой ножик; несколько взмахов руки, и в один миг расстегай обращался в десятки тоненьких ломтиков, разбегавшихся от центрального куска печенки к толстым румяным краям пирога, сохранившего свою форму.

Пошла эта мода по всей Москве, но мало кто умел так „художественно" резать расстегаи, как Петр Кириллыч, разве только у Тестова — Кузьма да Иван Семеныч. Это были художники!»

Среди многообразия расстегаев нам встречались и пироги продолговатой формы с открытой серединой и защипанными краями. Тесто на них шло обычное дрожжевое, как и для пирогов, а начинка чаще всего бывала рыбная, причем не из перемолотой рыбы, а прямо куском, только рыба, конечно, годилась тут мягкая и без костей.

Если расстегаи шли с мясной начинкой, то сверху (на начинку) нужно было положить дольку вареного яйца, если с грибной — целую шляпку обжаренного в масле гриба.

Бывали расстегаи в форме круглой ватрушки, крупные, граммов по 250, — они назывались «московские», подавались горячими как самостоятельное второе блюдо, перед подачей в середину московского расстегая вливали немного горячего бульона с рубленой зеленью.

## Расстегаи московские

**Ингредиенты:**

На 4 расстегая:

100 г слоеного теста, 40 г фарша.

На 500 г слоеного теста:

250 г муки, 1 ст. л. муки (на подсып), 1 ст. л. муки (для подготовки жиров), 100 г маргарина, 1 яйцо, 1/2 стакана воды, 1/2 ч. л. соли, лимонная кислота на кончике ножа.

**Способ приготовления:**

Фарш готовят из рыбы, мяса или грибов, обжаренных с луком, солью и перцем.

Приготовление слоеного теста: в кастрюлю влить холодную воду, добавить лимонную кислоту, яйцо, соль, муку и замесить тесто.

Месить 15–20 минут до получения однородной массы. Затем тесто выложить на посыпанный мукой стол и оставить на 20–30 минут для набухания.

Подготовка жиров: маргарин нарезать на небольшие куски, положить в кастрюлю, всыпать муку и перемешать.

Массу выложить на стол, придать форму прямоугольных плоских кусков, толщиной 2 см. Охладить в холодильной камере до температуры 12–14 °С.

Слоение теста: раскатать тесто в прямоугольные пласты 30–60 см длиной и толщиной 2–2,5 см (по краям несколько тоньше). На середину положить подготовленные лепешки маргарина (массой приблизительно 130 г).

Концы теста соединить с двух сторон и защипнуть.

Тесто снова раскатать, сложить в четыре слоя, вновь раскатать, опять сложить в четыре слоя и поместить в холодильник на 30–40 минут. Затем еще раз раскатать, сложить в четыре слоя и снова охладить. После этого вновь раскатать, сложить в четыре слоя и снова охладить. Тесто готово для выпечки.

Раскатать пласт толщиной 1,5–2 см и вырезать стаканом лепешки. В середину лепешек положить фарш (мясной, рыбный или грибной), защипнуть края в виде лодочки и нанести рисунок.

Смазать яйцом и выпекать в духовом шкафу при температуре 230–250 °С.

## Расстегаи семужные

**Ингредиенты:**

750 г муки, 5 г сахара, 10 г маргарина, 15 г меланжа, 5 г дрожжей, 60 мл воды, 30 г муки (для подпыла), 800 г фарша, 30 г меланжа (для смазки), 50 г жира (для смазки), соль.

**Способ приготовления:**

Тесто приготовить опарным способом: в теплое молоко или воду (60–70 % общего количества жидкости) ввести разведенные и процеженные дрожжи и муку и перемешивать до получения однородной массы.

Когда опара увеличится в объеме в 2–2,5 раза, а затем начнет опадать, в нее влить остальную жидкость с растворенными в ней солью и сахаром, сырые яйца или меланж, хорошо перемешать,

всыпать оставшуюся муку, вымесить, добавить растопленный жир и завершить замес.

Затем тесто следует накрыть марлей и оставить на 2–2,5 часа для брожения.

Во время брожения тесто один или два раза следует обмять.

Сформовать шарики, расстоять в течение 5–10 минут и раскатать на круглые лепешки, на середину которых выложить фарш; края защипнуть веревочкой так, чтобы середина пирожка осталась открытой. Уложить расстегаи на лист, смазанный маслом, дать расстояться, смазать меланжем и выпекать.

При подаче расстегаев с рыбой сверху следует положить ломтик лососины, семги или кеты семужного посола.

А при подаче расстегаев с мясом на фарш кладут кружок сваренного вкрутую яйца.

## Небольшие расстегаи с рыбой

**Ингредиенты:**

Для теста:

150 мл молока, 8 г дрожжей, 700 г муки, 2 яйца, 25 г маргарина, 30 г сливочного масла, 40 г сахара, соль.

Для фарша:

700 г филе зубатки или трески, 25 г сливочного масла, отварной рис (немного), петрушка или укроп, перец, зелень укропа, соль.

**Способ приготовления:**

Подогреть слегка 150 мл молока, положить в него 8 г дрожжей и щепотку сахара, размешать. Всыпать 200 г муки, снова смешать. Опару поставить в теплое место и накрыть сверху полотенцем.

Когда она подойдет, добавить соль по вкусу, 2 яйца, 25 г маргарина или сливочного масла и 30 г сахарного песка.

Размешав все это, высыпать остальную муку (500 г).

Тесто хорошенько вымесить и влить в него 30 г растопленного сливочного масла.

Пока тесто подходит, приготовить рыбный фарш из 700 г любого рыбного филе.

Нарезать филе кусочками, положить в кастрюлю, добавить 25 г сливочного масла, влить немного воды или бульона, посолить и поперчить по вкусу и, закрыв кастрюлю крышкой, поставить на небольшой огонь. Время от времени помешивать.

Когда рыба будет готова, смешать ее с предварительно отваренным рисом (добавив в него сливочное масло), зеленью

петрушки или укропа, солью, перцем.

Дать фаршу охладиться, а затем ложечкой класть его на середину лепешечек из раскатанного теста (как это обычно делается для пирожков).

Скрепляя края теста, оставить в середине небольшое отверстие (подавая горячие расстегаи на стол, в отверстие можно положить кусочек сливочного масла или икры).

Перед выпечкой смазать расстегаи разведенным водой яичным желтком.

Температура в духовке должна быть не выше 200 °С.

## Пирожки-расстегаи рыбные (постные или скоромные)

**Ингредиенты:**

Для теста:

600–800 г муки, 3 ст. л. растительного масла, дрожжи, соль.

Для фарша:

500–600 г щуки, 400 г семги, 100 г растительного масла, петрушка, мускатный орех, перец, соль.

**Способ приготовления:**

500–600 г мякоти щуки очистить от костей, мелко изрубить, поджарить в 1/2 стакана растительного масла, положить соль, перец, мускатный орех, рубленую зелень петрушки, размешать, 400 г семги нарезать ломтиками.

Приготовить постное теста на дрожжах, раскатать кружочками, положить немного фарша, потом ломтик семги, сверху — опять фарша, защипнуть так, чтобы середина осталась открытой, далее выпекать в духовке.

## Расстегаи из щуки

**Ингредиенты:**

Для теста:

400 г муки, 3 ст. л. сливочного масла, 25–30 г дрожжей, 2 яйца, 1,25 стакана молока.

Для фарша:

300 г щуки, 300 г семги, 2–3 щепотки черного молотого перца, 1 ст. л. толченых сухарей, соль.

**Способ приготовления:**

Развести дрожжи в теплом молоке, добавить муку и замесить тесто. Дать ему подняться, затем добавить в него 2 желтка, 3 ст. л. масла и, хорошо взбив, снова дать тесту подняться.

Филе щуки мелко нарубить и, посолив и поперчив его, обжарить на масле.

Поднявшееся вторично тесто раскатать в тонкий лист и стаканом или чашкой вырезать из него кружки. На каждый кружок положить фарш из щуки, а на него — тоненький кусочек семги.

Концы пирожков защипнуть таким образом, чтобы середина осталась открытой. Подготовленные расстегаи уложить на смазанный маслом противень и дать им расстояться в течение 10–15 минут.

Затем каждый пирожок смазать яйцом и обсыпать сухарями.

Выпекать расстегаи следует в духовке, прогретой до температуры 210–220 ˚С.

В этом рецепте щуку и семгу можно заменить другой рыбой. Так, хороший фарш получается из морского окуня, трески, сома (кроме морского), судака, сазана. Отверстие в верхней части этих пирожков оставляют для того, чтобы во время обеда в него можно было залить бульон. Расстегаи подают к ухе и мясным бульонам.

## Расстегай с сельдью

**Ингредиенты:**

Для теста:

400 г муки, 3 ст. л. сливочного масла, 25–30 г дрожжей, 1,25 стакана молока, 3 луковицы, несколько щепоток черного молотого перца.

Для фарша:

5 сельдей иваси, 1 яйцо, 1 ст. л. толченых сухарей.

**Способ приготовления:**

Развести дрожжи в теплом молоке, добавить муку и замесить тесто. Дать ему подняться, затем добавить в него 2 желтка, 3 ложки масла и, хорошо взбив, снова дать тесту подняться.

Для фарша: мелко нарезанный лук обжарить на масле с кусочком сельди.

Остывший фарш разложить на кружочки теста. Каждый кружок с начинкой покрыть другим таким же кружком и края их плотно защипнуть. Сверху по центру пирожка сделать прорезь.

Далее готовить по предыдущему рецепту.

## Пирог-расстегай по-московски с вязигой и осетровой головизной

**Способ приготовления:**

Для этого расстегая делают довольно густую опару на кипяченом молоке (теплом), причем берут на 200 г муки 1 стакан молока, 10 г дрожжей.

Положить муку в опарную банку. Дрожжи развести в небольшом количестве теплой воды и влить в муку, не мешая; затем влить теплое молоко и тогда уже все тщательно размешать, выбить и поставить подняться.

Когда опара хорошо поднимется, то прибавить 1 чайную ложку соли, всыпать еще 200 г муки и влить 1/2 стакана тоже теплого молока, в котором распустить 1/2 чайной ложки пищевой соды, чтобы тесто было пузырчатое, и дать еще один раз подняться.

Приготовить фарш из риса, вязиги, хрящей осетровой или севрюжьей головы, лука и осетровой теши. Вязигу на фарш предварительно надо замочить в холодной воде, до тех пор пока она не разбухнет, а потом эту воду слить, залить вновь холодной водой и поставить варить в кастрюлю под крышкой сначала на сильном огне.

Как только вода закипит, варить на тихом огне до готовности, т. е. до тех пор, пока вязига станет настолько мягкой, что будет разрываться при надавливании ногтем; после этого воду слить, а вязигу мелко изрубить или пропустить через мясорубку.

Рис берут в половинном количестве взятой вязиги; отварив его, обливают холодной водой, чтобы он был рассыпчатым, и заправляют постным маслом; лук берется в таком же количестве, и его тушат; хрящи головизны отваривают до мягкости и также пропускают отдельно через мясорубку или рубят мелко.

Осетровую тешу можно брать свежепросоленную, отварив ее до мягкости.

Когда тесто поднимется вторично, разделить его на желаемые части, чтобы при раскатывании величина была размером примерно с чайное блюдце.

На каждую часть положить фарш в следующем порядке: в середину каждого кружка положить первый ряд риса, затем ряд тушеного рубленого лука, потом ряд хрящей, затем ряд вязиги и сверху — ломтики теши.

Уложив таким образом фарш, защипнуть каждый кружок как ватрушку, оставив середину открытой.

Обмазать тесто каждого расстегая молоком, положить на каждую открытую середину кусочек с чайную ложечку сливочного масла или влить постного масла, положить на противень, смазанный маслом и посыпанный мукой.

Ставить противень с расстегаями надо всегда в горячую духовку, так как в холодной тесто делается жидким.

## Пирожки-расстегаи со свежими сельдями

**Ингредиенты:**

3 кг сдобного дрожжевого теста.

Для начинки:

6–8 сельдей, 6–12 луковицы, 1–2 ст. л. подсолнечного масла, 1 яйцо (для смазки).

**Способ приготовления:**

Смешать 6–12 штук измельченных луковиц с 1–2 столовыми ложками подсолнечного масла.

Приготовить тесто как в предыдущем рецепте, раскатать кружочками, наполнить луковым фаршем, положить по две штуки пополам разрезанных сельдей, накрыть тестом так, чтобы середина пирожка была открытой. Смазать яйцом и испечь в духовке.

Можно использовать 6–8 штук соленых, вымоченных в молоке сельдей.

## Расстегаи суздальские с рыбой

**Ингредиенты:**

3 кг сдобного дрожжевого теста.

Для фарша:

1 кг рыбного филе (любого), 2 ст. л. риса, 3–4 яйца (сваренных вкрутую), 1 яйцо (сырое), 50 г сливочного масла или маргарина, 2–3 луковицы, перец, соль.

**Способ приготовления:**

Дрожжевое тесто приготовить опарным способом и сделать из него шарики массой 100–150 г.

Дать тесту расстояться в течение 5–10 минут и раскатать в круглые лепешки.

Приготовить фарш. Половину рыбного филе (лучше осетрового) пропустить через мясорубку, добавить обжаренный репчатый лук, мелко нарубленные яйца, отварной рис, все перемешать, посолить и поперчить. Оставшееся филе нарезать небольшими продолговатыми кусочками.

На середину лепешек положить фарш и кусочки рыбы.

Края теста защипнуть так, чтобы середина осталась открытой.

Подготовленные расстегаи положить на смазанный жиром противень, дать расстояться, смазать яйцом и выпекать в духовке при температуре 230–240 °С.